



春日幼稚園

7月のメニュー



献立	食品名				栄養量			
	赤	黄	緑	アレルギー表示				
	血・肉・骨をつくる	熱・力のもとになる	体調をととのえる	5品目				
1 (月)	① 白おにぎり ② みそカツ ③ きんぴらごぼう ④ とうもろこし ⑤ ブロccoliコンソメ煮 ⑥ みかん缶	豚肉 コンソメ	無農薬米 小麦粉、パン粉、 みそ、すりごま 砂糖	ごぼう、人参 とうもろこし ブロッコリー、人参 みかん	小麦	エネルギー	405	kcal
4 (木)	① バターロール ② 鶏の夏野菜ソース煮 ③ 野菜炒め ④ コキールフライ ⑤ がんとおくら煮物 ⑥ マンゴー杏仁豆腐 ⑦ 牛乳	鶏肉 魚肉(たら)、 卵白、ほたてエキス 豆乳、大豆たん白 脱脂粉乳 牛乳	パン 小麦粉、パン粉、米粉 黒ゴマ、でんぷん 砂糖、粉末寒天	ズッキーニ、なす、パプリカ、 ケチャップ、ソース(りんご果汁) キャベツ、人参、玉葱 人参、おくら マンゴーピューレ	乳・小麦 卵・小麦 乳 乳	エネルギー	547	kcal
8 (月)	① 白おにぎり ② ハムカツ ③ 豚肉と玉ねぎ みそ炒め ④ 野菜肉巻 ⑤ ひじき煮物 ⑥ 黄桃缶	鶏肉、豚肉、大豆粉 豚肉 鶏肉、大豆たん白 油揚げ、ひじき	無農薬米 小麦粉、パン粉、でん粉 みそ パン粉、でん粉 砂糖	玉ねぎ、人参 にんじん、いんげん、 キャベツ、玉葱、しょうが 人参 黄桃	小麦 小麦	エネルギー	395	kcal
						タンパク質	9.7	g
						脂質	7.4	g
						カルシウム	32	mg
						食塩相当量	1	g
						エネルギー	18.6	g
						タンパク質	27	g
						脂質	180	mg
						カルシウム	1.9	g
						食塩相当量		
						エネルギー	12.2	g
						タンパク質	5.9	g
						脂質	107.1	mg
						カルシウム	1.1	g
						食塩相当量		

◎ご飯は全て。主な野菜(玉ねぎ・人参・じゃがいも)は無農薬の自然農法のもの。
ほうれん草・小松菜の一部野菜は有機野菜を使用。



←ブログ(左) / YouTube(右)
よろしければご覧下さい。



有限会社
関西幼稚園給食