

一宮幼稚園 7月献立表

ひにち	こんだて	赤(あか)	緑(みどり)	黄(き)	調味料 等
		おもに体をつくるものになる食品	おもに体の調子を整えるものになる食品	おもにエネルギーのものになる食品	
1(金)	とりのまーまれーどやき	鶏肉・味噌			マーマレード
	にくじゃが	豚肉	いんげん・人参・玉葱	こんにゃく・じゃが芋	
4(月)	代休				
5(火)	安全指導				
6(水)	やさいたっぷりぶたどん	豚肉	人参・青菜・玉葱・しめじ	片栗粉・ごま油	中華味・にんにく・生姜
	ふらいどぼと			じゃが芋	
6(水)	はやしらいす	豚肉	トマト缶・トマトジュース・玉葱・人参	ハヤシルー	ケチャップ・コンソメ
	あおなのしおこんぶあえ		人参・青菜・もやし・塩昆布		
7(木)	誕生会				
8(金)	ゆかりごはん		ゆかり	胚芽米	
	のりしおからあげ	鶏肉	青粉	片栗粉	中華味
	はるさめちゅうかさらだ	ツナ	人参・青菜・きくらげ	春雨・ごま油	米酢
8(金)	ぴーまんいりはんぱーぐ	大豆ミート・豚肉	人参・ブロッコリー・玉葱・ピーマン	片栗粉	生姜・にんにく・ケチャップ・こしょう・ナツメグ
	こうやどうふのにつけ	高野豆腐	人参・いんげん・干し椎茸・大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
11(月)	ちきんのばーベきゅーそーす	鶏肉			ケチャップ・コンソメ・生姜・にんにく
	きりぼしだいこんのにつけ	油揚げ	人参・いんげん・切干大根		
12(火)	ちきんかれーらいす	鶏肉	人参・玉葱	じゃが芋・カレールー	コンソメ・にんにく・生姜
	あおなとこーんのあえもの		青菜・人参・もやし・コーン		コンソメ
	やさいびたみんぜりー		紫野菜ジュース・イナアガー		
13(水)	個人懇談会				
14(木)	個人懇談会				
15(金)	歯みがき教室(長)				
15(金)	さかなのわふうきのこあんかけ	魚	干し椎茸・えのき・玉葱・しめじ	片栗粉	
	やさいのあますあえ		人参・青菜・もやし		米酢
18(月)	海の日				
19(火)	さばのしおやき	鯖			
	こんさいに	鶏肉	人参・いんげん・干し椎茸・大根	こんにゃく	
20(水)	終業式				
20(水)	わかめごはん		わかめ	胚芽米	
	とりのからあげ	鶏肉		片栗粉	生姜・にんにく
	からふるおひたし		青菜・人参・枝豆・コーン		コンソメ

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただくと幸いです。

※砂糖・みりん・酒・塩・醤油の表記は省略しております。

☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

●●●このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

☆魚は、ホキ・鱈・カレイのいずれかとなります。

※主食の表記が無い日は【胚芽米ごはん】となります。

