

聖マーガレット幼稚園 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となる食品	おもに体の調子を整えるものとなる食品	おもにエネルギーのものとなる食品	
1(金)	とりななばん	鶏肉		片栗粉	米酢
	わかめときゅうりのあえもの		人参・わかめ・もやし・切干大根・きゅうり・青菜		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
4(月)	さわらのいそべあげ	鯖	青粉	片栗粉	生姜
	こうやどうふのにつけ	高野豆腐・鶏肉	いんげん・人参・大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
5(火)	みーとすばげっていー	味噌・豚肉・大豆ミート	トマト缶・人参・玉葱	片栗粉・米粉麺	にんにく・コンソメ・ソース・ケチャップ
	こぶきいも		青粉	じゃが芋	
	りんごかんてん		イナアガー・りんごジュース		
6(水)	あかうおのみそこうじやき	味噌・味噌麹・赤魚			
	とりとごぼうのもの	鶏肉	いんげん・人参・牛蒡・大根	こんにゃく	
	すいもの		季節の野菜		
7(木)	誕生会				
	ゆかりごはん		ゆかり	胚芽米	
	とりのからあげ	鶏肉		片栗粉	にんにく・生姜
	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
	みそしる	味噌	季節の野菜		
8(金)	び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・ナツメグ・ケチャップ・こしょう
	ごもくきんぴら	鶏肉・竹輪	人参・いんげん・牛蒡	こんにゃく・ごま油	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
11(月)	さばのにつけ	鯖			生姜
	あおなのしおこんぶあえ		人参・青菜・切干大根・塩昆布		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
12(火)	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	コンソメ・ケチャップ
	こーるすろーさらだ		ブロッコリー・人参・青菜・コーン	マヨドレ	こしょう
	くだもの		スイカ		
13(水)	さかなのかれーあんかけ	魚	人参・青菜・えのき・玉葱・しめじ	片栗粉・カレールー	
	やさいたっぷりごまあえ		人参・青菜・切干大根・もやし	胡麻	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
14(木)	ちくわのにくづめ	豚肉・鶏肉・竹輪	玉葱		こしょう・生姜・にんにく・ナツメグ
	あつあげとやさいのなもの	厚揚げ	人参・いんげん・大根	こんにゃく	
	みそしる	味噌	季節の野菜		

※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。ご了承いただけますと幸いです。

※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・鯖・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。

