

みのり幼稚園 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ととなる食品	
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)	さばのにつけ	鯖			生姜
	とりとごぼうのもの	鶏肉	いんげん・人参・大根・牛蒡	こんにゃく	
5(火)	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	
	ちゅうかさーぶ		季節の野菜		
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)	七夕メニュー				
	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)	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・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		
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
13(水)	あかうおのみそこうじやき	味噌麹・赤魚			こしょう
	ぼととさらだ		人参・コーン・青菜	マヨドレ・じゃが芋	
14(木)	かるしうむごはん(ごまいり)	鰯粉	菜めし・大根葉	胚芽米・胡麻	
	ちくわのにくづめ	鶏肉・豚肉・竹輪	玉葱		ナツメグ・こしょう・生姜・にんにく
	あつあげとやさいのなもの	厚揚げ	いんげん・人参・大根	こんにゃく	
15(金)	誕生会				
	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
	りんごかんでん		イナアガー・りんごジュース		
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	

※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。

