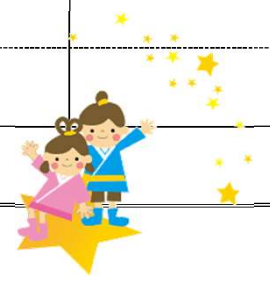


ラ・モーナ幼稚園 7月献立表

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	
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		
	こんそめすーぷ		季節の野菜		こしょう・コンソメ
8(金)	ぴーまんいりはんぱーぐ	大豆ミート・豚肉	人参・フロccoliリー・玉葱・ピーマン	片栗粉	生卵・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
	きりほ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ゃき	味噌麹・赤魚			
	ぼととさらだ		人参・コーン・青菜	マヨドレ・じゃが芋	こしょう
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
	すいもの		季節の野菜		
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)	1学期 終業式				



※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・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。

2022.7月