

令和 3年 7月 三光幼稚園 予定献立表(19～30日)

(都合により一部変更することがあります)

日	曜日	献立名			献立材料名			エネルギー たんぱく質 以上児 未満児	あすなろ 15時 おやつ エネルギー
		10時 (未満児のみ)	12時	未満児のみ (付加食)	おもに体をつくる もとなる食品	おもにエネルギーの もとなる食品	おもに体の調子を 整えるもとなる食品		
19	月	ベビーせんべい	チキンライス コールスロー きのこスープ チーズ	ゆで卵	鶏肉 ハム チーズ 卵	米 油 砂糖 ソフトせんべい ケチャップ	人参 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり しめじ えのき茸 エリンギ パセリ とうもろこし	406kcal 13.0g 332kcal 13.1g	(手作り) きなこトースト 94kcal
20	火	ビスケット	【幼:終業式】 ごはん 魚の青のり揚げ 野菜とベーコンのソテー 味噌汁 牛乳	さつま芋 の甘煮	白身魚 青のり ベーコン 豆腐 わかめ 牛乳 だし昆布 味噌 煮干し	米 小麦粉 砂糖 ビスケット 油 さつま芋	しょうが もやし キャベツ 人参 ピーマン 玉ねぎ 小葱	480kcal 19.79g 401kcal 14.6g	(手作り) スキムプリン ビスコ 78kcal
21	水	牛乳	チキンバーガー ビーフシチュー バナナ 牛乳		鶏肉 スキムミルク 牛肉 牛乳	パン マヨネーズ じゃが芋 油 ビーフシチュールー	キャベツ しめじ 人参 玉ねぎ グリーンピース バナナ	507kcal 20.5g 388kcal 16.5g	おとつと 78kcal
22	木	海の日							
23	金	スポーツの日							
26	月	牛乳	鮭おにぎり 胡麻塩おにぎり 豚汁 すいか 動物チーズ		鮭フレーク 豚肉 厚揚げ チーズ 煮干し 牛乳 だし昆布 味噌	米 ごま さつま芋 こんにゃく 砂糖	人参 玉ねぎ 小葱 すいか	465kcal 16.2g 388kcal 14.7g	ミレービス ケット 牛乳 159kcal
27	火	牛乳	焼きそば 煮卵 バナナ 牛乳		豚肉 丸天 かまぼこ 青のり 卵 牛乳	麺 砂糖 米 油 焼きそばソース	玉ねぎ 人参 もやし キャベツ ピーマン バナナ	479kcal 19.3g 372kcal 15.9g	(手作り) わかめおに ぎり 107kcal
28	水	牛乳	食パンピザ 鶏肉と野菜のスープ 黄桃 牛乳		ウインナー チーズ 鶏肉 牛乳	食パン パスタ ケチャップ	玉ねぎ とうもろこし 人参 キャベツ なす しめじ パセリ 黄桃缶	487kcal 20.6g 388kcal 16.7g	ヨーグルト 豆乳クッ キー 85kcal
29	木	牛乳	ゆかりおにぎり ふりかけおにぎり ウインナー きゅうりの和え物 卵スープ 牛乳 ミニゼリー		削り節佃煮 ウインナー 卵 豆腐 牛乳 だし昆布 煮干し	米 砂糖 ゼリー	ゆかり きゅうり えのき茸 小葱	489kcal 17.3g 393kcal 14.5g	すいか マルボーロ 60kcal
30	金	牛乳	カレーライス (手作り)フルーツゼリー 牛乳		牛肉 鶏挽肉 スキムミルク 寒天 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 カレールー	玉ねぎ 人参 グリーンピース かぼちゃ みかん缶 パイナップル缶	475kcal 16.2g 380kcal 13.7g	ぼんすけ 140kcal

※大規模な空調設備の入替の為、7月21日(水)より簡易食(パンや麺を中心とした献立)となります。バーガーやサンドイッチなどの調理パンは、普段の給食では手作りしておりますが、工事期間中はパン業者(堀江製パン)に注文しております。ご理解のほどよろしくお願いいたします。