

月	火	水	木	金								
<p>えいようさんしよく 栄養三色</p> <p>あか 赤…からだをつくる (たんぱく質・無機質) みどり 乳・卵・魚・肉・豆・海そう 緑…からだの調子をととのえる (ビタミン) き やさい・くだもの・きのこ 黄…熱や力のもとになる (炭水化物・脂肪) 穀類・いも・さとう・あぶら</p>												
<p>給食費</p> <table border="1"> <tr> <th>幼稚園</th> <th>給食費</th> <th>手数料</th> <th>合計</th> </tr> <tr> <td></td> <td>2,600</td> <td>55</td> <td>2,655円</td> </tr> </table> <p>7月分の振替日は11日(月)です。(再振替日は20日(水)です。) 未納者「0」にご協力願います。</p>					幼稚園	給食費	手数料	合計		2,600	55	2,655円
幼稚園	給食費	手数料	合計									
	2,600	55	2,655円									
<p>給食費</p> <table border="1"> <tr> <th>幼稚園</th> <th>給食費</th> <th>手数料</th> <th>合計</th> </tr> <tr> <td></td> <td>2,600</td> <td>55</td> <td>2,655円</td> </tr> </table>					幼稚園	給食費	手数料	合計		2,600	55	2,655円
幼稚園	給食費	手数料	合計									
	2,600	55	2,655円									
<p>7月分の振替日は11日(月)です。(再振替日は20日(水)です。) 未納者「0」にご協力願います。</p>												
<p>給食費</p> <table border="1"> <tr> <th>幼稚園</th> <th>給食費</th> <th>手数料</th> <th>合計</th> </tr> <tr> <td></td> <td>2,600</td> <td>55</td> <td>2,655円</td> </tr> </table>					幼稚園	給食費	手数料	合計		2,600	55	2,655円
幼稚園	給食費	手数料	合計									
	2,600	55	2,655円									
<p>7月分の振替日は11日(月)です。(再振替日は20日(水)です。) 未納者「0」にご協力願います。</p>												

4 392 13.5 10.3

あおなごごはん

こめ 67 黄
しお 0.5
さけ 1.94
うすくちしょうゆ 4
こんぶパウダー 0.02 赤
こなつな 7 緑
ちりめん 3 赤

とりのからあげ

ふたにく 45 赤
しょうが 0.17 緑
にんにく 0.1 緑
さけ 0.17
みりん 0.44
こいくちしょうゆ 4.44
でんぶん 8.88 黄
あげあぶら 費

ごまあえ

キャベツ 25 緑
ほうれんそう 16.7 緑
こんぶパウダー 0.01 赤
みりん 0.42
さとう 0.58 黄
うすくちしょうゆ 1.8
しるしりごま 0.7 黄
しるしりごま 0.7 黄

みそゼリー

ようなし 1 黄

ワクワク給食

5 408 15.2 11.3

キャロットピラフ

こめ 65 黄
にんじんペースト 15 緑
しお 0.7
パイオン 1.2
マーガリン 2.38 黄
ツナフレーク 5 赤

ABCミートローネ

ベーコン 10 赤
あぶら 0.5 黄
にんにく 0.1 緑
たまねぎ 35 緑
にんじん 5 緑
キャベツ 20 緑
パセリ 0.03 緑
ABCマカロニ 4 黄
パイオン 0.8
あかうい 0.5
トマトみずずに 7 緑
トマトケチャップ 3
こしょう 0.02
うすくちしょうゆ 0.1

ぶたにくのりんごソース

ぶたにく 41.7 赤
しょうが 0.17 緑
にんにく 0.17 緑
たまねぎ 16.7 緑
あぶら 0.17 黄
りんごピューレ 5.83 緑
さとう 1.67 黄
こしょう 0.02
こいくちしょうゆ 3.33
レモン汁 0.83 緑

ピクルスサラダ

だいこん 25 緑
きゅうり 8.33 緑
にんじん 12.5 緑
さとう 2.2 黄
りんごす 1.8
しお 0.4
うすくちしょうゆ 0.4

みそゼリー

アセロラ 1 黄

ワクワク給食

6

あか

き

七夕献立

7 387 12.2 5.7

ごはん

こめ 71 黄

たなばたじぼ

かまぼこ 5 赤
ほししいたけ 0.4 緑
にんじん 7 緑
たまねぎ 10 緑
とうがんと 30 緑
ピーマン 6 黄
おくら 4 緑
かつおだし 1
いりこだし 0.45
みりん 0.4
うすくちしょうゆ 4

たなばたデザート

1 黄

女がたハンバーグ

ハンバーグ 1 赤
しお 0.05
たまねぎ 4 緑
りんごピューレ 5 緑
さとう 2 黄
こいくちしょうゆ 2
みりん 1
でんぶん 0.3 黄

ブロッコリーの

おおかあえ

ブロッコリー 40 緑
にんじん 5 緑
こんぶパウダー 0.01 赤
みりん 0.42
さとう 0.58 黄
うすくちしょうゆ 2
かつおぶし 0.1

七夕献立

8 286 8.1 4.3

わかめスープ

にんじん 5.83 緑
もやし 5.83 緑
ほししいたけ 0.2 緑
えのきたけ 5.83 緑
わかめ 0.33 赤
パイオン 2
しお 0.01
こしょう 0.01
うすくちしょうゆ 2
さけ 0.5

マーボー

はるさめどん

こめ 71 黄
ぶたひきにく 25 赤
はるさめ 2.2 黄
にんじん 4.33 緑
たまねぎ 30 緑
ほししいたけ 0.2 緑
はくさい 11.7 緑
あぶら 0.2 黄
しょうが 0.2 黄
さとう 0.23 黄
はつちようみそ 2.3 赤
さけ 3.33
こいくちしょうゆ 1.66
しお 0.08
でんぶん 0.33 黄

ワクワク給食

11 441 9.3 14.1

キーマカレーライス

こめ 71 黄
ぶたひきにく 20 赤
あぶら 1.98 黄
にんにく 0.2 緑
しょうが 0.5 緑
たまねぎ 58.5 緑
にんじん 11 緑
かほちゃ 22 緑
りんごピューレ 1.98 緑
トマトケチャップ 2.97
ウスターソース 1.65
パイオン 0.66
しお 0.33
こめカレーウ 13 黄

ふくしんづけ

15 緑

海の日

12 326 12.1 6.6

ごはん

こめ 71 黄

たまねぎのみそ汁

えのきたけ 5 緑
にんじん 10 緑
たまねぎ 30 緑
だいこん 10 緑
あおなご 2 緑
みそ 8 赤
かつおだし 1
いりこだし 0.45

おひたし

にんじん 5 緑
はくさい 30 緑
こなつな 10 緑
こんぶパウダー 0.01 赤
みりん 0.9
さとう 0.5 黄
うすくちしょうゆ 2.4

とりのうめやき

とりこ 50 赤
ほししいたけ 2.1 緑
こいくちしょうゆ 2.1
みりん 2.1

ワクワク給食

13

みどり

七夕献立

14 399 11.8 8.1

ちゅうかどん

こめ 71 黄
ぶたにく 30 赤
しょうが 0.2 緑
ほししいたけ 0.5 緑
もやし 15 緑
にんじん 30 緑
たまねぎ 60 緑
はくさい 10 緑
たけのこ 3 緑
ニラ 3 緑
ごまあぶら 0.7 黄
パイオン 0.06
さとう 0.4 黄
こしょう 0.03
さけ 0.4
うすくちしょうゆ 6
でんぶん 1.3 黄

しゅうまい

1 赤黄

フルーツサラダ

みかん 30 緑
パイナップル 30 緑
もも 24.8 緑

七夕献立

15 447 16.4 12.8

ごはん

こめ 71 黄

いそに

ぶたひきにく 20.8 赤
じゃがいも 40 黄
まるでん 20 赤
1.25 赤
ひじき 16.7 緑
だいでん 20.8 緑
さやいんげん 5 緑
いりこだし 0.45
こんぶパウダー 0.02 赤
さとう 2.5 黄
みりん 0.42
こいくちしょうゆ 3.5

すのもの

きゅうり 35 緑
わかめ 0.4 赤
やきちくわ 5 赤
さとう 2 黄
す 3
しお 0.5

海の日献立

18

海の日

19 388 11.9 8.9

タコライス

こめ 71 黄

ミートソース

ぶたひきにく 40 赤
たまねぎ 30 緑
にんにく 0.2 緑
あぶら 0.2 黄
しお 0.4
こしょう 0.01
10 緑
10 黄
0.5 黄
0.01 黄
1 黄

あおさじる

だいこん 20 緑
にんじん 5 緑
やきのり 2 赤
もずく 4 赤
あおなご 3 緑
みりん 0.43
うすくちしょうゆ 3.3
かつおだし 0.6
いりこだし 0.45

ゴーヤのあげに

ゴーヤ 25 緑
でんぶん 5 黄
あげあぶら 5 黄
さとう 2.5 黄
みりん 1.5
うすくちしょうゆ 3
おきなデザート 1 黄

七夕献立

19日(火)の沖縄デザートのはちま糖は
内閣府での沖縄のはちま糖の需要拡大に
向けた事業により提供いただいたものです。
【沖縄県産 はちま糖】
暑くなり、汗をたくさんかくこの時期
に、ミネラルたっぷりののはちま糖は、熱中症や栄養
不足の予防にぴったりな食材です。

※仕入れ食材の割合により、献立を変更する場合があります。材料の重量は目安となります。
※幼稚園では「牛乳」の提供はなく、水曜日午前中のみのため給食はございません。