

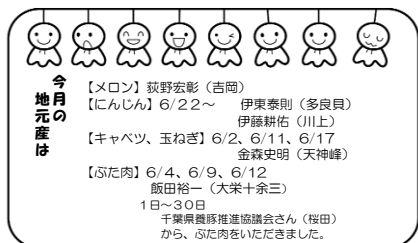
よていこんだてひょう



大栄分所（幼稚園）

日	曜日	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき					
		しゅしょく	ふくしょく	体をつくるもと		体のちょうしをととのえるもと		エネルギーのもと	
				たんぱく質	むきしつ無機質	ビタミン		たんすいかぶつ炭水化物	しつ脂質
1	月		キムタクごはんの具 春雨ととり肉のスープ もやしサラダ コアヨーグルト	ふた肉 とり肉 ツナ	わかめ のり 3-7 臼	にんじん にら チンゲン菜 こまつな	キムチ ごぼう つば漬け ねぎ コーン もやし	砂糖 春雨	ごま ごま油
2	火		肉だんごてりやきソース ABCスープ ひじきのマリネ	とり肉 ふた肉 ウィンナー ハム	ひじき チーズ	にんじん パセリ パプリカ	キャベツ 玉ねぎ マヨネーズ きゅうり レモン汁	マカロニ 砂糖	油
3	水		きすごまフライ (ソース) 小松菜と油あげのみそ汁 肉じゃが	きす 油揚げ とうふ みそ ふた肉		にんじん こまつな	ねぎ 玉ねぎ 枝豆	じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉	油 ごま
		★歯と口の健康週間★(4日～10日)マークは噛みごたえのある料理です。							
4	木		ほうれん草オムレツ ハヤシルー すいか	卵 ふた肉	対品炒	にんじん ほうれん草	玉ねぎ しめじ マヨネーズ グリル [®] ー すいか	じゃがいも 砂糖 でん粉	生クリーム 油
5	金		いかスタミナやき マーボーなす くらげのあえもの ぶどうゼリー	いか ふた肉 みそ 大豆	わかめ	にんじん ピーマン	なす 玉ねぎ ねぎ きゅうり だけのこ	砂糖 ゼリー でん粉	ごま油
8	月		キャベツメンチ (ソース) かぼちゃのみそ汁 切り干し大根の炒め煮	ふた肉 とうふ 油揚げ みそ とり肉 大豆		かぼちゃ にんじん	玉ねぎ 切干大根 しいたけ 枝豆 キャベツ	パン粉 砂糖 小麦粉 でん粉	油 ごま油
9	火	チャーメン	ボーク焼売 五目あんかけ キャベツのかみかみサラダ 歯と口の健康週間ゼリー	ふた肉 いか えび とり肉 大豆粉		にんじん	キャベツ はくさい 玉ねぎ もやし きくらげ しいたけ だいこん きゅうり コーン	チャーメン ゼリーでん粉 パン粉 砂糖 小麦粉	ごま油 油 ドレッシング
10	水		あじの中華風揚げ煮 やさいとたまごの中華風スープ チンジャオロースー 冷凍バイン	あじ 卵 とり肉 とうふ ふた肉		にんじん ピーマン	玉ねぎ えのきたけ ちやし ねぎ バイン だけのこ	でん粉 砂糖	油 ごま ごま油
11	木		タンドリーチキン トマトとたまごのスープ コールスローサラダ	とり肉 ベーコン 卵 ツナ	ヨーグルト	にんじん トマト ブロッコリー	玉ねぎ 菜タス キャベツ コーン	でん粉	ドレッシング
12	金		ふた肉のみそ風味焼き 大栄みそ汁 さくらんぼ	ふた肉 みそ 油揚げ		にんじん	玉ねぎ ねぎ さくらんぼ	砂糖 さつまいも	ごま
16	火		ハムカツ (ソース) トマトスープ キャベツと大根のサラダ	ハム ベーコン とり肉 ツナ 大豆粉		にんじん トマト	玉ねぎ キャベツ マヨネーズ だいこん きゅうり コーン	砂糖 パン粉	油 ドレッシング
17	水		そぼろごはんの具 かきたま汁 キャベツのたくあんあえ カル鉄ヨーグルト	ふた肉 とり肉 大豆 卵 とうふ かつお節	わかめ ヨーグルト	にんじん	グリーンピース 玉ねぎ キャベツ はくさい きゅうり たくあん	砂糖 でん粉	油 ごま
18	木	ふりかけ	さばのみそ煮 豚汁 こまつなのいそかあえ	さば みそ とうふ ふた肉 かつお節	のり	にんじん こまつな	だいこん ねぎ ちやし ごぼう	砂糖	
19	金		手作りヒレカツ (ソース) けんちん汁 アロカリとカリフラワーのサラダ (マヨネーズ)	ふた肉 とうふ		にんじん ブロッコリー	だいこん ごぼう カリフラワー ねぎ	小麦粉 パン粉	油 ごま油 マヨネーズ
22	月		ふた肉とやさいのいためもの すまし汁 キャベツのおかかあえ りんごゼリー	ふた肉 とり肉 とうふ かまぼこ かつお節		チンゲン菜 にんじん ほうれんそう こまつな	玉ねぎ しいたけ キャベツ もやし ねぎ	砂糖 でん粉 ゼリー	ごま ごま油
23	火		オムレツトマトソースかけ カレーポタージュ メロン	卵 とり肉	牛乳 対品炒	にんじん パセリ トマト	玉ねぎ メロン コーン	砂糖 でん粉	油
24	水		いわしおろし煮 ふた肉とにらのみそ汁 きゅうりのなんばんづけ ソフール	いわし ふた肉 みそ とり肉	ヨーグルト	にんじん にら	玉ねぎ きゅうり だいこん	じゃがいも 砂糖 でん粉	ごま油 ごま
25	木		コロッケ 夏野菜カレー とうもろこし	とり肉	対品炒	かぼちゃ ピーマン トマト にんじん いんげん	なす 玉ねぎ とうもろこし	小麦粉 じゃがいも パン粉 砂糖 でん粉	油
26	金		ぎょうざ 中華丼の具 中華あえ アセロラゼリー	ふた肉 なると いか えび とり肉 卵 大豆粉		にんじん チンゲン菜 にら	はくさい 玉ねぎ きくらげ もやし きゅうり キャベツ	でん粉 マロニー 砂糖 ゼリー 小麦粉	油 ごま油 ごま
29	月		ふた肉のしょうが焼き なめこ汁 わかめサラダ (ドレッシング)	ふた肉 とうふ みそ	わかめ	にんじん	りんご なめこ ねぎ キャベツ コーン 玉ねぎ しょうが	でん粉	ドレッシング
30	火	ピタパン	ハンバーグデミグラスソース ペンネトマトクリームソース フルーツボンチ	ベーコン とり肉 ふた肉	牛乳 対品炒 粉チーズ	にんじん パセリ トマト	玉ねぎ キャベツ しめじ もも レモン汁 バイン	ペンネ 砂糖 ゼリー でん粉 ピタパン	生クリーム オリーブ オイル

★献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。



毎年恒例のとうもろこしが25日(木)に登場します。大柴みらい学園の5年生が皮むきをしてくれます。

1本1本丁寧にむいた、旬の味を味わってくださいね。

