

令和8年

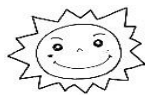
7月

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	ししつ脂質
1	水		にらまんじゅう 麻婆豆腐 オレンジ	ぶた肉 とうふ 大豆 みそ		にんじん にら	玉ねぎ ねぎ オレンジ しいたけ キャベツ	砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉	ごま油
2	木		さばごまみそ焼き とん汁 キャベツのあえもの 野菜とくだもののゼリー	さば みそ とうふ ぶた肉		にんじん こまつな ほうれんそう	だいこん ねぎ キャベツ コーン きゅうり ごぼう	砂糖 ゼリー	ごま油 ごま
3	金		ぶたキムチ丼の具 春雨と白菜のスープ チョレギサラダ ソフール元気ヨーグルト	ぶた肉 みそ とり肉	わかめ のり ヨーグルト	にんじん にら	キムチ ごぼう ねぎ はくさい キャベツ きゅうり もやし	砂糖 春雨	ごま ごま油 ドレッシング
		★たなばた献立★		明日7月7日は七夕です。天の川に見立てたそうめんを食べたり、笹竹に願い事を書いた短冊をかざったりします。					
6	月		ぶた肉のおろしソース焼き 七夕汁 こまつなとかつおぶしのあえもの 七夕ゼリー	ぶた肉 とり肉 とうふ なんと かまぼこ かつお節		にんじん オクラ こまつな	しいたけ だいこん レモン汁 ねぎ もやし きゅうり	でん粉 砂糖 そうめん ゼリー	ごま
7	火		カレーミート ABCスープ イタリアンサラダ（ドレッシング） みかんクレープ	ぶた肉 とり肉 大豆 ウインナー ツナ	粉チーズ	にんじん ピーマン パセリ パプリカ	玉ねぎ キャベツ マッシュルーム コーン	小麦粉 マカロニ クレープ	油 ドレッシング
8	水		きすごまフライ（ソース） なすと油あげのみそ汁 キャベツのおかかあえ レモンヨーグルト	きす とうふ ぶた肉 油揚げ みそ かつお節	ヨーグルト	にんじん こまつな	なす 玉ねぎ キャベツ	パン粉 小麦粉 砂糖	油 ごま ごま油
9	木		みそカツ かきたま汁 こまつなの和風サラダ	ぶた肉 みそ とうふ とり肉 卵	わかめ のり	にんじん こまつな	玉ねぎ えのきたけ	小麦粉 パン粉 砂糖 でん粉	油 ごま
10	金		あつやきたまご こんさいカレー 冷凍みかん	卵 ぶた肉	ササミ	にんじん トマト	玉ねぎ れんこん みかん 枝豆	じゃがいも さつまいも 砂糖	油
13	月	午前保育のため給食提供はありません							

★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。



夏の食生活について



夏休みになると、生活が不規則になりがちです。また暑さから食欲がなくなって好きなものばかり食べたり、冷たいものばかりを飲んだり食べたりすることが多くなると、胃腸をこわしたり、栄養のかたよりから、かえって夏ばてをひどくしてしまいます。夏を元気に乗り切るために、日頃の食生活に十分気をつけましょう。

★今月の地元産★



【にんじん】北崎正博（一坪田）
伊藤耕佑（川上）
【たまねぎ】金森史明（新田）
【ぶた肉】1日、8日 飯田裕一（大栄十余三）
1日～10日 千葉県養豚推進協議会さん（桜田）から、ぶた肉をいただきました。

