

19日 こんだてひょう

はお誕生会です。

★マークは新メニューです。元岡幼稚園

日曜日	献立名	赤の仲間		黄色の仲間	緑の仲間	エネルギー	蛋白質
		からだをつくる		エネルギーのもとになる	体の調子を整える	kcal	g
2 (月)	ごぜんちゅうはいく(しえんしき)						
3 (火)	かわりキンピラ ミルクもち	牛乳	牛肉、牛乳 きな粉	ごま、砂糖 片栗粉	きゅうり、ごぼう 人参、もやし	303	9.1
4 (水)	カレーチーズコロケ やさいソテー	牛乳	牛ミンチ、卵 チーズ、ベーコン	じゃが芋、パン粉 小麦粉	玉葱、人参、キャベツ ピーマン、もやし	237	11.6
5 (木)	にくだんごのあまずあんかけ スパゲティサラダ	牛乳	豚ミンチ、卵 ハム	片栗粉、砂糖 スパゲティ、マヨネーズ	ねぎ、生姜、きゅうり 人参、玉葱、コーン	289	14.0
6 (金)	シーチキンピラフ ほうれん草のおひたし フランクフルト、ブッチプリン	牛乳	シーチキン、バター ささ身 フランクフルト	米、プリン ごま、砂糖	ミックスベジタブル ほうれん草、人参 コーン、もやし	479	16.4
9 (月)	スパゲティミートソース なし	牛乳	牛ミンチ、粉チーズ	スパゲティ	人参、玉葱、椎茸 パセリ、梨	254	12.1
10 (火)	あげしゅうまい ささみのちゅうかあえ	牛乳	しゅうまい ささ身	砂糖、ごま油	きゅうり、もやし 人参	250	12.5
11 (水)	すきやきふうに いにしえくるりん	牛乳	牛肉、焼き豆腐 豆乳	砂糖、あんこ 小麦粉、白玉粉	人参、玉葱、しらたき ごぼう、白菜、ねぎ	313	13.9
12 (木)	さかなのこうみやき かぼちゃサラダ	牛乳	ホキ、ハム、チーズ	ごま油、砂糖 マヨネーズ	生姜、にんにく、青ねぎ 南瓜、きゅうり、人参 玉葱	248	14.9
13 (金)	にこみハンバーグ、ブロッコリー フライドポテト、にんじんグラッセ	牛乳	合びきミンチ 卵、牛乳	パン粉、バター フライドポテト	玉葱、人参 ブロッコリー	342	17.9
17 (火)	チキンかつ じゃこピーマン	牛乳	鶏肉、卵、竹輪 しらす干し	小麦粉、パン粉 ごま	ピーマン、人参	303	17.2
18 (水)	きりぼしだいこん クリームどらやき	牛乳	鶏肉、油揚げ、牛乳 卵黄	砂糖、はちみつ、小麦粉 ホットケーキミックス コーンスターチ、バター	切り干し大根 人参、いんげん	301	11.5
19 (木)	ジャーマンポテトのチーズやき ミートボール、ブロッコリー	牛乳	ウィンナー、チーズ ミートボール	じゃが芋	玉葱、人参、パセリ ブロッコリー	301	15.3
20 (金)	★たんたんめん オレンジゼリー	牛乳	豚ミンチ、米みそ ゼラチン	砂糖、ごま油、中華麺 練りごま、片栗粉 オレンジジュース	生姜、にんにく、長ねぎ チンゲンサイ、もやし	268	11.7
24 (火)	からあげ おいものシャキシャキサラダ	牛乳	鶏肉、ベーコン	片栗粉、小麦粉 じゃが芋、マヨネーズ	にんにく、生姜 パセリ	316	15.0
25 (水)	パン、ゼリー、やさいジュース(うんどうかいリハーサル)						
26 (木)	キーマカレー フルーツヨーグルト	牛乳	合びきミンチ 大豆、ヨーグルト	じゃが芋、カレーウ 砂糖	人参、玉葱、にんにく グリーンピース、みかん缶 パイン缶、りんご、桃缶	290	11.8
27 (金)	ごぜんちゅうはいく(うんどうかいじゅんぴ)						
30 (月)	ぶたにくのしょうがやき マカロニサラダ	牛乳	豚肉、ハム	片栗粉、砂糖 マカロニ、じゃが芋 マヨネーズ	玉葱、ピーマン、生姜 人参、きゅうり キャベツ	273	14.2

※材料入荷等の都合により、献立内容を一部変更することがあります。

※おはし・コップを忘れないようにお願いします。

※25日(水)は、運動会リハーサルのため主食はいりません。

