

2015年7月度 いるか幼稚園メニュー

※そば・落花生の入った食材は使用していません。

日	曜日	献立名	材 料			
			赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ カや体温となるもの	その他
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
3	金	麦入りごはん 白身魚のムニエルオーロラソース 大根とチンゲン菜の塩昆布和え 味噌汁 フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ	ホキ 豆腐・麦みそ 牛乳・いりこ	 大根・チンゲンサイ・塩昆布 玉ねぎ オレンジ	滋賀県産こしひかり・押麦 小麦粉・油・●マヨネーズ 花魁	塩・ケチャップ 出し
6	月	ロールパン 揚げ鶏のレモン醤油がらめ 和風スパゲティ スープ 牛乳・いりこ	鶏肉 牛乳・いりこ	レモン果汁 ブロッコリー・しめじ・おろしにんにく キャベツ・コーン・人参	丸ロール 小麦粉・片栗粉・油・砂糖 スパゲティ・オリーブ油・片栗粉	塩・穀物酢・醤油・みりん 塩・かつおだし・醤油 塩・ブイヨン
7	火	七夕ちらし 星のミートコロッケ キャベツのおかか和え 天の川にゆうめん キラキラゼリー 牛乳・いりこ	●カニ風味かまぼこ・●錦糸卵 かつお節 牛乳・いりこ	人参・オクラ キャベツ・人参 みつば	滋賀県産こしひかり・砂糖 星のミートコロッケ・油 砂糖 そうめん・しそそうめん・抹茶そうめん お星さまキラキラゼリー	穀物酢・塩・出し・醤油・みりん 醤油・出し 出し・醤油・塩

★の日はお楽しみメニュー

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	カルシウム
平均栄養価	417kcal	17.1g	12.4g	190mg