



8がつのこんだて 若草幼稚園



日	曜日	献立	おもなはたらき			アレルギー 義務表示7品目	栄養成分
			血や肉になる	体の調子を整える	働く力のもとになる		
1	月	ごはん とりてん(おろしソース) きりぼしだいこんサラダ こまつなのおひたし シュークリーム	とりてん ハム シュークリーム	だいこん インゲン きりぼしだいこん ミックスベジタブル こまつな	ごはん さとう あぶら ごまドレッシング シュークリーム	卵 乳 小麦	★エネルギー 308 キロカロリー ★たんぱく質 11.7 グラム
2	火	ごはん えびカツ マカロニグラタン ちんげんさいのナムル マスカットゼリー	えびカツ グラタン	キャベツ チェリー ブロッコリー チンゲンサイ にんじん	ごはん さとう あぶら マスカットゼリー ごま	乳 小麦 えび	★エネルギー 339 キロカロリー ★たんぱく質 13.2 グラム
3	水	ごはん さけのてりやき ひじきサラダ かぼちゃに みかん	さけ ひじき だいず ツナ	キャベツ にんじん インゲン かぼちゃ みかん	ごはん さとう あぶら はるさめ あおじそドレッシング	乳 小麦	★エネルギー 306 キロカロリー ★たんぱく質 14.1 グラム
4	木	ごはん かにたまあんかけ ツナとわかめあえ しゅうまい ちゅうかポテト	かにたま わかめ ツナ しゅうまい	キャベツ ミックスベジタブル ブロッコリー えのき たまねぎ	ごはん さとう あぶら だいがくいも ごま	卵 乳 小麦 かに	★エネルギー 394 キロカロリー ★たんぱく質 10.3 グラム
5	金	ごはん わふうハンバーグ コールスローサラダ スマイルポテト プチケーキ(メープル)	ハンバーグ	だいこん ブロッコリー キャベツ にんじん コーン	ごはん さとう あぶら スマイルポテト スパゲッティ マヨネーズ プチケーキ	卵 乳 小麦	★エネルギー 403 キロカロリー ★たんぱく質 10.7 グラム
8	月	ごはん ホイコーロー コーンしゅうまい ちんげんさいのナムル いちごあんんにん	ぶたにく コーンしゅうまい いちごあんんにん	キャベツ ピーマン にんじん チンゲンサイ	ごはん さとう あぶら ごま	乳 小麦	★エネルギー 333 キロカロリー ★たんぱく質 11.6 グラム
9	火	ごはん チキンのトマトソースに さつまいもサラダ ホタテフライ キャンディーチーズ	チキンステーキ コキールフライ チーズ	にんじん ブロッコリー レーズン ミックスベジタブル	ごはん さとう あぶら マヨネーズ マカロニ さつまいも	卵 乳 小麦 えび かに	★エネルギー 400 キロカロリー ★たんぱく質 12.6 グラム
10	水	ごはん しろみざかなあんかけ きりぼしだいこんのもの ブロッコリーのごまあえ りんごシロップづけ	ホキ だいず あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ きりぼしだいこん ブロッコリー りんご	ごはん さとう あぶら かたくりこ ごま	小麦	★エネルギー 316 キロカロリー ★たんぱく質 10.9 グラム
12	金	ごはん ヒレカツ ツナのスパサラ わかめとたまごのナムル みかん	ヒレカツ ツナ わかめ たまご	キャベツ チェリー たまねぎ みかん	ごはん さとう あぶら スパゲティ ごまドレッシング ごま	卵 乳 小麦	★エネルギー 344 キロカロリー ★たんぱく質 9.8 グラム
17	水	ごはん さかなのエスカベッシュ カレースパゲッティ とうもろこしのつまみあげ パイン	ホキ ローズハム さつまあげ	キャベツ たまねぎ スパニッシュミックス パイン	ごはん さとう あぶら フレンチドレッシング マヨネーズ スパゲッティ	卵 乳 小麦	★エネルギー 336 キロカロリー ★たんぱく質 11.5 グラム

日	曜日	献立	おもなほたらき			アレルギー 義務表示7品目	栄養成分
			血や肉になる	体の調子を整える	働く力のもとになる		
18	木	ごはん とりつくね ごぼうサラダ がんとしいたけに たこやき	つくねハンバーグ かんもどき たこやき	キャベツ ごぼう にんじん しいたけ	ごはん さとう あぶら ごまドレッシング ごま	卵 乳 小麦	★エネルギー 357 キロカロリー ★たんぱく質 11.5 グラム
19	金	ごはん チンジャオロース ちゅうかあえ さんかくはるまき マンゴープリン	ぶたにく わかめ かにかま はるまき マンゴープリン	たけのこ ピーマン しょうが	ごはん さとう あぶら はるさめ ごま	卵 乳 小麦 えび かに	★エネルギー 340 キロカロリー ★たんぱく質 14.7 グラム
22	月	ごはん ささみチーズフライ ゆでやさいサラダ ジャーマンポテト プチケーキ(ショコラ)	ささみチーズフライ ハム	キャベツ チェリー ブロッコリー カリフラワー にんじん たまねぎ	ごはん さとう あぶら じゃがいも ドレッシング プチケーキ	卵 乳 小麦	★エネルギー 389 キロカロリー ★たんぱく質 10.8 グラム
23	火	ごはん グリルチキンBBQソース コンキリエサラダ たまごロール ぶちプリン	ミニチキン だいた たまごロール ぶちプリン	キャベツ にんじん ブロッコリー ミックスベジタブル たまねぎ	ごはん さとう あぶら マカロニ フレンチドレッシング マヨネーズ	卵 乳 小麦	★エネルギー 346 キロカロリー ★たんぱく質 11.2 グラム
24	水	ごはん さかなのからあげ だいこんのとりそぼろに いんげんのごまあえ おうとう	ホキ とりにく みそ	キャベツ チェリー だいこん インゲン もも	ごはん さとう あぶら ごま かたくりこ	小麦	★エネルギー 320 キロカロリー ★たんぱく質 11.2 グラム
25	木	ごはん ぶたにくのカレーいため れんこんサラダ おさつコロッケ たこやき	ぶたにく かにかま たこやき	たまねぎ にんじん キャベツ れんこん コーン	ごはん さとう あぶら マヨネーズ おさつコロッケ	卵 乳 小麦 えび かに	★エネルギー 402 キロカロリー ★たんぱく質 12.6 グラム
26	金	ごはん ユーリンチー はるさめちゅうかソテー れんこんまんじゅう フルーツあんじん	とりにく ツナ あんにんどうふ	キャベツ にんじん ねぎ しょうが きくらげ みかん	ごはん さとう あぶら はるさめ れんこんまんじゅう	乳 小麦	★エネルギー 400 キロカロリー ★たんぱく質 11.1 グラム
29	月	ごはん おやこに れんこんとわかめサラダ あつあげのみそいため プチケーキ(りんご)	とりにく かまぼこ たまご わかめ あつあげ	たまねぎ しいたけ グリーンピース れんこん にんじん コーン	ごはん さとう あぶら わふうドレッシング プチケーキ	卵 乳 小麦	★エネルギー 363 キロカロリー ★たんぱく質 12.8 グラム
30	火	ごはん バーグピカタ えびサラダ オクラのツナあえ フルーツミニゼリー	バーグピカタ むきえび ツナ	キャベツ たまねぎ カリフラワー ミックスベジタブル オクラ	ごはん さとう あぶら マヨネーズ ミニゼリー	卵 乳 小麦 えび	★エネルギー 372 キロカロリー ★たんぱく質 14.2 グラム
31	水	ごはん さごしグリルトマトソース ウイナーときのこソテー スマイルポテト りんごシロップづけ	さごし ソーセージ	たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー きのこミックス スパニッシュミックス りんご	ごはん さとう あぶら マカロニ スマイルポテト	小麦	★エネルギー 378 キロカロリー ★たんぱく質 14.4 グラム

※ 食材仕入れの都合により、一部メニューの変更がある場合がございます。あらかじめご了承ください。

※ お弁当箱の中にスプーンやフォークが入って戻ってきます。

※ お名前は記入されていますが幼稚園名が不明の為お返しできずに困っております。

※ ご協力くださいますようお願い致します。

※ 当社は安全な食材を使用いたしております。

TEL 029-243-0433

FAX 029-243-5601

info@mitakafood.co.jp

