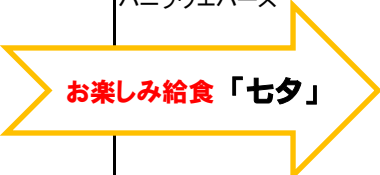




	1日(金)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
			20日(水)	21日(木)	25日(月)	19日(火)
献立	御飯 あじの蒲焼き きゃべつとコーンのソテー かぼちゃとわかめのみそ汁 普・粗;ぼんせんえび 押・ペ; 低蛋白ビスコ	御飯 お好み焼き 大根のツナ煮 かぼちゃと油揚げのみそ汁 果物(オレンジ)	御飯 さわらの塩焼き ピーマンとキャベツの じゃこ炒め おつゆふとわかめのみそ汁 果物(バナナ)	御飯 鶏の竜田揚げ 大豆の五目煮 なめことオクラのみそ汁 カルシウムウエハース	御飯 マグロのアングレース きゅうりとわかめの酢の物 とうがんととうめんの吉野 汁・とうめんの天の川です りんごゼリー	レーズンパン ハンバーグ (卵、パン粉、牛乳なし) 春雨ときゅうりのサラダ (マヨドレ) かぼちゃのポタージュ 果物(キウイ)
材料	精白米 あじ 片栗粉 こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん 料理酒 水 きゅうり サラダ油 キャベツ コーン缶 ベーコン 食塩 こいくちしょうゆ すりみそ だし 油揚げ カットわかめ かぼちゃ ぼんせんえび 低蛋白ビスコ	精白米 豚ももミンチ 食塩 キャベツ ねぎ 鶏卵 干し桜えび(無着色) かつお粉 薄力粉 ベーキングパウダー かつお・昆布だし ながいも いか天入り天かす お好みソース 日清マヨドレ 糸花鰹 あおのり だいこん にんじん ツナ缶 味の素KKコンソメ 本みりん こいくちしょうゆ すりみそ だし 油揚げ かぼちゃ オレンジ	精白米 さわら 食塩 にんじん キャベツ ピーマン ちりめんじゃこ サラダ油 日本酒 こいくちしょうゆ すりみそ だし カットわかめ おつゆふ かいわれ バナナ	精白米 鶏もも皮なし しょうが こいくちしょうゆ 日本酒 片栗粉 大豆油 きゅうり 水煮だいず にんじん 糸こんにゃく 天然山だし昆布三つ切B さやいんげん かつお・昆布だし こいくちしょうゆ 三温糖 すりみそ だし なめこ キャベツ オクラ バナナウエハース	精白米 まぐろ 片栗粉 サラダ油 トマトケチャップ ウスターソース 本みりん かぼちゃ サラダ油 きゅうり ちりめんじゃこ カットわかめ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ かつお・昆布だし 糸花鰹 料理酒 食塩 うすくちしょうゆ 片栗粉 そうめん とうがん オクラ りんごジュース 上白糖 イナアガー	NEGLEース「ラウンド」40g×1ヶ 牛ももミンチ 豚ももミンチ たまねぎ 豆腐(絹ごし) 片栗粉 食塩 こしょう トマトケチャップ にんじん はるさめ きゅうり ロースハム 日清 マヨドレ 食塩 かぼちゃ たまねぎ 味の素KKコンソメ 牛乳 水 食塩 こしょう 有塩バター 上新粉 キウイ(ゴールド)



*献立、食材は都合により変更になることがあります。

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
	22日(金)	27日(水)	26日(火)	29日(金)	28日(木)
献立	御飯 豚の生姜焼き ほうれん草のしらす和え なすと油揚げのみそ汁 果物(オレンジ)	ピラフ かぼちゃのそぼろ煮 かきたま汁 ヨーグルト	パン(イエローロール) 鮭のムニエル(片栗粉) キャベツとニンジン のごま和え トマトとたまねぎの卵スープ 果物(バナナ)	スパゲッティミートソース きゃべつとツナの フレンチサラダ 豆腐と大根のコンソメスープ 果物(もも)・・・府立大農場 試験産産です	御飯 白身魚のフライ (卵、小麦不使用) オクラとにんじんのサラダ (マヨドレ) なす のポタージュ 普通;小魚ぼんせん 粗・押・ ペ;まんまるソフトせんべい
材料	精白米 豚もも たまねぎ 日本酒 こいくちしょうゆ はちみつ しょうが にんじん ほうれんそう ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ すりみそ だし 油揚げ なす キャベツ オレンジ	精白米 味の素KKコンソメ 水 有塩バター 食塩 こしょう たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム水煮 ウインナーソーセージ オリーブ油 かぼちゃ 鶏ミンチ サラダ油 だし こいくちしょうゆ 上白糖 かつお・昆布だし 食塩 こいくちしょうゆ たまねぎ 片栗粉 豆腐(絹ごし) 鶏卵 ソフール	NEGイエロー30g×1ヶ アトランティックサーモン 食塩 こしょう 片栗粉 有塩バター スイートコーン(生) キャベツ にんじん いりごま 上白糖 こいくちしょうゆ トマト たまねぎ 鶏卵 味の素KKコンソメ 食塩 こしょう パセリ 水 バナナ	スパゲッティ オリーブ油 牛ももミンチ ホールトマト水煮缶 味の素KKコンソメ 赤ワイン たまねぎ にんにく 上新粉 有塩バター トマトケチャップ ウスターソース キャベツ きゅうり ツナ缶 かいわれ サラダ油 穀物酢 食塩 こしょう 上白糖 味の素KKコンソメ 水 食塩 だいこん 豆腐(絹ごし) もも	精白米 たら 食塩 こしょう 片栗粉 牛乳 コーンフレーク 大豆油 スイートコーン(生) オクラ にんじん 竹輪 日清 マヨドレ 味ぼん いりごま なす 水 たまねぎ 味の素KKコンソメ 牛乳 ホイップクリーム 食塩 こしょう 小魚ぼんせん まんまるソフトせんべい

**地元の
おやさい**
(普賢寺ふれあいの駅
より納品)

**精白米
すりみそ
もも
なす**

食育の取組③

「栽培活動」

クラスごとに、
きゅうり、とまと、
とうもろこし、えだ
まめなど、様々な
野菜を植えてい
ます。
食材をみる、さ
わる、においをか
ぐ、そして最後は
おいしくいただき
ます。

給食試食会のお知らせ
①7月7日(木)
②7月15日(金)
③7月25日(月)
いずれも12:30~13:00
*新規入園児保護者様対象

<今月の栄養価(米飯、普通食を全量摂取した場合)>

エネルギー	373Kcal	タンパク質	16.4g	脂質	10.6g	カルシウム	129mg	鉄	1.6mg	ビタミンA	158μg
ビタミンB1	0.22mg	ビタミンB2	0.19mg	ビタミンC	28mg	食物繊維	3.8g	食塩相当量	2g		