



平成30年7月 学校給食予定献立表（幼稚園）

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆: よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
2	月	パン ぎゅうにゅう ぶたにくのケチャップいため オクラのソテー もずくスープ ブルーベリージャム	パン あぶら でんぷん バター ジャム	ぎゅうにゅう もずく とりにく かまぼこ ぶたにく ベーコン	たけのこ たまねぎ にんじん ねぎ トマト ピーマン オクラ キャベツ コーン	438
						19.4
3	火	パン ぎゅうにゅう あじのバーベキューソース ズッキーニのソテー とりにくとキャベツのトマトに	パン でんぷん あぶら さとう オリーブあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく あじ ベーコン	ねぶかねぎ しょうが にんにく りんご スッキーニ にんじん たまねぎ キャベツ トマト さやいんげん	474
						20.3
4	水	なつやさいカレー ぎゅうにゅう ◆とうもろこし ゆでぶたサラダ (ドレッシング)	ごはん じゃがいも あぶら ごま	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく ぎゅうにく	たまねぎ なす トマト かぼちゃ ピーマン にんにく しょうが コーン キャベツ もやし にんじん	512
						16.7
5	木	なすとトマトのスパゲティ ぎゅうにゅう とりにくのオレンジソースに ◆ごぼうのマヨネーズソテー	スパゲティ あぶら マーマレード ごま さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム	たまねぎ にんじん なす トマト ピーマン オレンジ マッシュルーム にんにく ごぼう キャベツ アスパラガス	396
						19.4
6	金	★たなばたメニュー★ ごはん ぎゅうにゅう ほしのコロケ チンゲンサイのツナごまあえ たなばたじる すいか	ごはん そうめん あぶら ごま でんぷん さとう じゃがいも パンこ こむぎこ	ぎゅうにゅう かまぼこ あぶらあげ ツナ ぶたにく とりにく	オクラ たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ もやし チンゲンサイ キャベツ にんじん すいか	480
						15.0
9	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのごまみそかけ とうがんのそぼろに すましじる	ごはん さとう ごま でんぷん	ぎゅうにゅう とうふ ちくわ わかめ とりにく みそ ぶたにく	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ にんにく とうがん しょうが こんにゃく ほししいたけ さやいんげん	408
						18.6
10	火	パン ぎゅうにゅう しろみざかなのラタトゥユソース かぼちゃサラダ コンソメスープ	パン でんぷん あぶら オリーブあぶら さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう ホキ ベーコン ぶたにく	にんにく たまねぎ セロリ なす スッキーニ トマト パセリ バジル かぼちゃ にんじん きゅうり キャベツ コーン	447
						17.7
11	水	ごはん ぎゅうにゅう スタミナやき ◆たくあんのおかかあえ ビーフンスープ	ごはん さとう あぶら ビーフン ごま	ぎゅうにゅう かつおぶし ぎゅうにく ぶたにく とうふ	キャベツ たまねぎ コーン にんじん あおピーマン あかピーマン ねぎ たくあん もやし はくさい りんご ほうれんそう ほししいたけ	427
						15.8
12	木	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ばんさんすう たまごとレタスのスープ	パン さとう はるさめ ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく チキンハム とりにく ベーコン	にんじん キャベツ もやし レタス たまねぎ しめじ パセリ	433
						19.5
13	金	わかめごはん ぎゅうにゅう ◆ゴーヤのかきあげ ハンパンジーサラダ (ドレッシング) じゃがいものみそしる	ごはん こむぎこ あぶら ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう わかめ ちくわ とりにく あぶらあげ みそ	ゴーヤ たまねぎ にんじん ごぼう もやし きゅうり コーン えのきたけ ねぎ りんご	445
						16.7
17	火	きなこパン ぎゅうにゅう ウインナーのケチャップソース もやしのカレーいため わかめスープ	パン グラニューとう あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう きなこ ポークウインナー ベーコン とうふ とりにく わかめ	もやし たまねぎ ピーマン にんじん もやし はくさい ねぎ	450
						18.9
18	水	ぶたピリどんぶり ぎゅうにゅう ワンタンスープ れいとうみかん	ごはん ごま さとう ごまあぶら ワンタンのかわ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	はくさいキムチ にんじん いとこんにゃく ごぼう みかん さやいんげん たまねぎ もやし えのきたけ ねぎ	407
						15.1

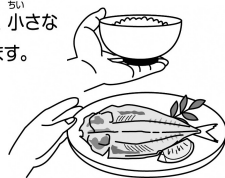
知っていますか？ 食事のルール・マナー

食事を楽しい雰囲気でおいしく食べるために、ルールやマナーを守りましょう。

食器の置き方



ごはんや汁物のおわん、小さな器は手に持って食べます。



大きな器は手に持たず、箸を持っていない方の手を器に添えて食べます。

はしの持ち方

