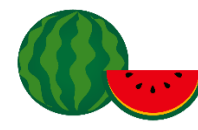




2019年7月 予定献立表



福音幼稚園

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)		
川崎市市制記念日 	ごはん みそしる こまつな、エリンギ、たまねぎ だし、みそ 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも、みそ、しょうゆ 砂糖、みりん、油、ごま かぼちゃのそぼろ煮 かぼちゃ、鶏ひき肉、油 だし、砂糖、しょうゆ チーズ	ごはん コーンミートボール 豚ひき肉、たまねぎ、コーン パン粉、牛乳、塩 ケチャップ、しょうゆ、砂糖 きゅうりのナムル きゅうり、もやし、にんじん ごま油、塩、しょうゆ、鶏ガラ メロン	ごはん なすのグラタン なす、バター、豚ひき肉 たまねぎ、油、塩、薄力粉 ケチャップ、チーズ フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん ハム、フレンチドレッシング みかん缶	サンドイッチ 食パン マヨネーズ 卵 ハム チーズ いちごジャム ポテト じゃがいも、油、塩 ウインナー		
	エネルギー 402 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 9.4 g 炭水化物 58.2 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 420 kcal たんぱく質 15.4 g 脂質 12.1 g 炭水化物 60.1 g 食塩相当量 1.2 g	エネルギー 359 kcal たんぱく質 9.8 g 脂質 10.2 g 炭水化物 55.3 g 食塩相当量 0.9 g	エネルギー 404 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 20.9 g 炭水化物 38.2 g 食塩相当量 1.8 g		
	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	
	2号児にこにこ弁当 	ごはん なすのハンバーグ 豚ひき肉、塩、たまねぎ なす、油、パン粉、ケチャップ にんじんサラダ キャベツ、にんじん、ツナ缶 フレンチドレッシング ゼリー	やきそば 蒸し中華めん にんじん、たまねぎ、ウインナー 塩、中濃ソース、しょうゆ、油 ほうれん草とコーンのソテー ほうれんそう、コーン バター、塩 チーズ	☆おたんじょうかい☆ ポークカレー 豚肩ロース、鶏ひき肉、にんじん じゃがいも、たまねぎ、カレールウ だし、油 りんごサラダ りんご、レタス、きゅうり 塩、レモン汁 フレンチドレッシング ゼリー	三色丼 ごはん、鶏ひき肉 にんじん、しめじ、いんげん 砂糖、しょうゆ、だし みりん、塩、みそ、油 みそしる 木綿豆腐、わかめ、だし、みそ ブロッコリーの白だし和え ブロッコリー 白だし キャラットさん	
		エネルギー 375 kcal たんぱく質 13.1 g 脂質 10.5 g 炭水化物 54.2 g 食塩相当量 0.4 g	エネルギー 310 kcal たんぱく質 10.5 g 脂質 13.1 g 炭水化物 36.5 g 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 512 kcal たんぱく質 13.3 g 脂質 14.4 g 炭水化物 80.1 g 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 433 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 9.3 g 炭水化物 67.1 g 食塩相当量 1.7 g	
15 (月)		16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	
海の日 		ごはん みそしる キャベツ、にんじん、だいこん だし、みそ さばのみりん干し さば、みりん、砂糖、しょうゆ ごま、塩 ちくわのマヨ和え ちくわ、コーン、あおのり マヨネーズ すいか	とうもろこしごはん ごはん、コーン、塩 豚肉とじゃがいもの甘辛炒め 豚かたロース、じゃがいも さやえんどう 砂糖、しょうゆ、油 春雨ときゅうりの甘酢和え はるさめ、きゅうり、コーン 砂糖、酢、塩 ゼリー	お泊り幼稚園(年長) 	サンドイッチ 食パン マヨネーズ 卵 ハム チーズ いちごジャム ポテト じゃがいも、油、塩 ウインナー	
		エネルギー 484 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 19.2 g 炭水化物 55.4 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 360 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 9.2 g 炭水化物 54.8 g 食塩相当量 0.7 g		エネルギー 404 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 20.9 g 炭水化物 38.2 g 食塩相当量 1.8 g	
	22 (月)	23 (火)	24 (水)		25 (木)	26 (金)
	ごはん なすのグラタン なす、バター、豚ひき肉 たまねぎ、油、塩、薄力粉 ケチャップ、チーズ フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん ハム、フレンチドレッシング ゼリー	ごはん コーンミートボール 豚ひき肉、たまねぎ、コーン パン粉、牛乳、塩 ケチャップ、しょうゆ、砂糖 きゅうりのナムル きゅうり、もやし、にんじん ごま油、塩、しょうゆ、鶏ガラ メロン	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも、みそ、しょうゆ 砂糖、みりん、油、ごま かぼちゃのそぼろ煮 かぼちゃ、鶏ひき肉、油 だし、砂糖、しょうゆ チーズ		ごはん なすのハンバーグ 豚ひき肉、塩、たまねぎ なす、油、パン粉、ケチャップ にんじんサラダ キャベツ、にんじん、ツナ缶 フレンチドレッシング みかん缶	やきそば 蒸し中華めん にんじん、たまねぎ、ウインナー 塩、中濃ソース、しょうゆ、油 ほうれん草とコーンのソテー ほうれんそう、コーン バター、塩 チーズ
	エネルギー 362 kcal たんぱく質 10 g 脂質 10.2 g 炭水化物 56 g 食塩相当量 0.9 g	エネルギー 420 kcal たんぱく質 15.4 g 脂質 12.1 g 炭水化物 60.1 g 食塩相当量 1.2 g	エネルギー 383 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 9 g 炭水化物 55.2 g 食塩相当量 1.1 g		エネルギー 372 kcal たんぱく質 12.9 g 脂質 10.5 g 炭水化物 53.5 g 食塩相当量 0.4 g	エネルギー 310 kcal たんぱく質 10.5 g 脂質 13.1 g 炭水化物 36.5 g 食塩相当量 1.6 g
29 (月)	30 (火)	31 (水)	※ 7月3日～10日は、 個人面談期間となります。 1号児の方は4日・5日の給食と 8日・9日のみそしるは ありません。			
ごはん さばのみりん干し さば、みりん、砂糖、しょうゆ ごま、塩 ちくわのマヨ和え ちくわ、コーン、あおのり マヨネーズ すいか	とうもろこしごはん ごはん、コーン、塩 豚肉とじゃがいもの甘辛炒め 豚かたロース、じゃがいも さやえんどう 砂糖、しょうゆ、油 春雨ときゅうりの甘酢和え はるさめ、きゅうり、コーン 砂糖、酢、塩 ゼリー	ごはん 鮭の塩焼き さけ、塩、油 ちくわときゅうりの甘酢和え ちくわ、きゅうり、わかめ 砂糖、酢、しょうゆ みかん缶				
エネルギー 466 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 18.8 g 炭水化物 52.5 g 食塩相当量 1 g	エネルギー 360 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 9.2 g 炭水化物 54.8 g 食塩相当量 0.7 g	エネルギー 363 kcal たんぱく質 13.6 g 脂質 10.2 g 炭水化物 50.7 g 食塩相当量 0.7 g				

*都合により献立を変更することがあります。
 *アレルギー等に配慮し、使用食材を明記しています。各家庭で御確認ください。