



こんげつ きゅうしょく
今月の給食

げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

			<p>1 そぼろごはん (肉そぼろ・炒り卵) カニコロケ ブロccoli和風マヨ和え ハウムクーヘン</p> <p>491kcal</p>	<p>2 ごはん 豚肉の生姜焼き 竹輪の煮物 白菜の中華和え ひとくちまんじゅう</p> <p>401kcal</p>
<p>5 ごはん えびかつ 棒ぎょうざ ひじきの煮物 みかん缶</p> <p>314kcal</p>	<p>6 ごはん チキンソテーマトソース 豆腐シューマイ もやしとわかめの和え物 ミニゼリー</p> <p>370kcal</p>	<p>7 冷やしうどん (かまぼこ・わかめ・きゅうり) 春巻 いんげんと竹輪の胡麻和え 豆乳プリン</p> <p>354kcal</p>	<p>8 ゆかりごはん はんぺんフライ 厚焼玉子 マゼドアンサラダ ショコラブチケーキ</p> <p>397kcal</p>	<p>9 ハヤシライス チキンナゲット コールスローサラダ パナナクレープ</p> <p>492kcal</p>
<p>12 振替休日</p>	<p>13 ごはん メンチカツ えびぎょうざ ブロccoliゴマドレ和え バイン缶</p> <p>347kcal</p>	<p>14 ロールパン バターチキンカレー プレーンオムレツ キャベツとハムのフレンチサラダ ミニゼリー</p> <p>412kcal</p>	<p>15 ごはん 豚肉と筍の炒め物 がんもの煮物 小松菜のおかか和え 大学芋</p> <p>372kcal</p>	<p>16 ごはん さばの塩焼き 水餃子 野菜の煮物 ブチシュー</p> <p>362kcal</p>
<p>19 五目すし ちくわのいそべあげ 春雨サラダ プリン</p> <p>378kcal</p>	<p>20 ごはん イカフライ 肉団子 なすの揚げびたし くずもち</p> <p>433kcal</p>	<p>21 夏野菜のトマトスバグティ ウィンナー 大根とほうれん草のサラダ シューアイス</p> <p>391kcal</p>	<p>22 ごはん ぶりかけ さわらの西京焼き 厚揚げの煮物 白菜の磯和え メープルブチケーキ</p> <p>333kcal</p>	<p>23 ごはん 鶏肉の照り焼き えびかにシューマイ 切干大根の煮物 ミニゼリー</p> <p>349kcal</p>
夏季保育 →				
<p>26 ごはん 麻婆豆腐 ぎょうざ いんげんの和風マヨ和え 杏仁豆腐缶</p> <p>350kcal</p>	<p>27 ごはん 和風おろしハンバーグ ポテトフライ マカロニサラダ ハニラロールケーキ</p> <p>412kcal</p>	<p>28 焼きそば ミニアメリカンドック さつまいもサラダ ビーチゼリー</p> <p>406kcal</p>	<p>29 ごはん ヒレカツ 高野豆腐の含め煮 もやしときゅうりのゆかり和え チョコロールケーキ</p> <p>348kcal</p>	<p>30 ごはん 鶏肉のから揚げ 厚焼玉子 青菜のなめだけ和え ミニゼリー</p> <p>410kcal</p>

【エネルギー表示について】

※表記されているエネルギー量は年長クラスの数値になります。

表記のエネルギー量に対して、
 年中クラスのエネルギー量は90%、年少クラスのエネルギー量は80%の値となります。
 (主食量により、年中クラス、年少クラスはエネルギー量が異なっております。)
 ご了承いただけますようお願い申し上げます。