7.8 月分 予定献立表

こんげつ きゅうしょもくひょう 今月の給食目標

楽しい給食時間にしよう

幼稚園用 ○村田町学校給食センター○

					献立名	○村田町学校結長センター○ 使	用する主な材	料	栄養価
В	曜	給食が ない学校	行事食等	主食	おかず	赤色の食品(体をつくる)	緑色の食品 ***********************************	黄色の食品(熱や労になる)	エネルギー kc たんぱく質 g 脂 質 g 塩 分 g
7 / 3	月			ごはん	親子煮 ポテトサラダ わかめと産場げのみそ汁	とりにく たまご ハム わかめ あつあげ みそ	たまねぎ しいたけ コーン きゅうり グリンピース キャベツ ねぎ しめじ	こめ サラダあぶら さとう かたくりこ じゃがいも マヨネーズ	460 20.5 14.3 1.7
4	火		VÕ	ごはん	サバの竜血揚げ 3 ヨーグルト 野菜のごま酢和え にらと豆腐のすまし汁	サバ あぶらあげ とうふ ヨーグルト	きゅうり もやし にんじん えのきたけ にら しょうが	こめ サラダあぶら さとう かたくりこ ごま	503 18.5 18.2 1.5
5	水			ハニー トースト	 ミートボール (2値) ハムとコーンのサラダ チキンと替のトマトスープ 	ぶたにく ハム とりにく だいす いんげんまめ ひよこまめ	パブリカ キャベツ きゅうり コーン たまねぎ ズッキーニ にんじん トマト パセリ にんにく	パン マーガリン はちみつ バター さとう オリーブゆ じゃがいも ドレッシング バンこ	466 17.6 19.1 2.1
6	木			(菱ごはん)	変 夏野菜カレー チキンサラダ 小玉すいか 第 第チーズ	ぶたにく スキムミルク とりにく チーズ	たまねぎ にんじん トマト なす ズッキーニ かぽちゃ えだきめ さやいんげん にんにく しょうが キャベツ きゅうり ブロッコリー レモン すいか	こめ むぎ サラダあぶら じゃがいも オリープゆ さとう カレールウ	483 19.3 14.1 1.8
7	金		★ たなばたかかうしょ〈 七夕給食	だばり 七夕 そぼろごはん	・	たまご とりにく のり ぶたにく こおりどうふ とうふ あぶらあげ なると	にんじん みつば しょうが ごぼう さやいんげん えだまめ オクラ ねぎ しいたけ みかん パイナップル	こめ サラダあぶら さとう ごま ふ ゼリー うーめん こめこマカロニ かたくりこ	489 20.0 14.5 2.1
10	月			愛ご はん	キビナゴのカリカリ揚げチンジャオロースーマーボー豆腐	キビナゴ ぶたにく Mix とうふ ぶたレバー	しいたけ ピーマン パブリカ たけのこねぎ にんじん にら にんにく しょうが	こめ サラダあぶら さとう かたくりこ じゃがいも	482 23.8 16.2 1.7
11	火		VÕ.	中華おこわ	シュウマイ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ぶたにく さつまあげ たまご	まいたけ にんじん たけのこ しめじ えだまめ にんにく キャベツ きゅうり コーン たまねぎ こねぎ ゴールデンキウイ	こめ もちごめ サラダあぶら かたくりこ さとう こむぎこ	453 16.1 14.6 2.3
12	水			バターロール パン	※ ホワイトソースグラタン 花野菜サラダ ベーコンと复野菜のスープ	とりにく ベーコン チーズ	たまねぎ しめじ にんじん パブリカ ブロッコリー カリフラワー キャベツ コーン キャベツ パセリ きゅうり スッキーニ	パン マカロニ バター ドレッシング じゃがいも ベシャメルソース	422 18.3 18.5 2.3
13	木			ごはん	サケのみそマヨネーズ焼き ひじきの妙り煮 けんちん詳 パイナップル	サケ ひじき さつまあげ だいす とりにく とうふ あぶらあげ みそ	ねぎ しょうが にんじん えだまめ	こめ サラダあぶら さとう マヨネーズ じゃがいも	450 19.1 13.2 1.6
14	金		1	(うどん)	サラダうどん(臭・めんつゆ) 一様内のトマトチーズ焼き レモンソーダゼリー	ツナ わかめ ぶたにく チーズ	コーン キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ マッシュルーム なす トマト にんにく レモン	うどん マヨネーズ オリーブゆ さとう ゼリー	475 21.4 13.7 2.5
18	火			(麦ごはん)	ミートボールのハヤシライスチーズ入りチョップドサラダメロン プチぶよトマト	とりにく チーズ ハム ぶたにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく トマト きゅうり キャベツ グリンピース パブリカ メロン	こめ むぎ オリーブゆ さとう じゃがいも パター クルトン アーモンド パンこ ハヤシルウ	468 14.6 14.3 2.0
19	水	今月の魚は カツオ!	みやぎ すいさん ひ 水産の日	ごはん のりふりかけ	カツオと大豆の揚げ煮 オレンジ キャベツときゅうりの梅和え じゃがいもとわかめのみそげ	カツオ だいず ちくわわかめ けずりぶし のりあぶらあげ みそ	えだまめ きゅうり キャベツ うめ たまねぎ ねぎ しめじ オレンジ しょうが	こめ サラダあぶら さとう かたくりこ ごま じゃがいも	448 22.8 11.3 2.0
20	木			給食はは	ありません	\$\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\			
						夏休み			
8 / 21	月			給食は	ありません	,) & % & % & % &	1	
22	火		VO	(菱ごはん)	○ ひき肉と复野菜のカレー ・ キャベツとツナのサラダ とうもろこし様来	ぶたにく だいす スキムミルク ツナ	たまねぎ にんじん トマト ズッキーニ なす にんにく しょうが キャベツ きゅうり グリンピース ブロッコリー とうもろこし		476 19.3 13.7 1.3
23	水			ソフトパン いちごジャム	ミートローフ ^{はつきまい} 夏野菜のチョップドサラダ キャベツとたまごのスープ	ぶたにく たまご ハムベーコン	たまねぎ きゅうり キャベツ かぼちゃ ズッキーニ えだまめ パブリカ にんじん もやし にんにく	パン ジャム パンこ さとう マヨネーズ アーモンド クルトン オリープゆ かたくりこ	444 20.0 17.8 2.3
24	木			(ごはん)	スタミナ丼 響のりボテト ブルーン様のヨーグルト もやしと豆腐のみそ汁	ぶたにく あおのり ヨーグルト あぶらあげ とうふ みそ	にんじん たまねぎ にら しめじ ねぎ たけのこ にんにく しょうが もやし えのきたけ		488 22.3 12.9 1.5
	^		いっちゅう うめ 一中の梅	ごはん	※ カツオのフライ ※ 対すたができます。 が一大根の煮物	カツオ あぶらあげ あおのり さつまあげ	きりぼしだいこん にんじん しいたけ だいずもやし さやいんげん なす	こめ サラダあぶら さとう じゃがいも うーめん ふ こむぎこ かたくりこ パンこ ゼリー	463 17.5 8.7 1.9
25	金		使用		おくずかけ ねぜリー		こんにゃく うめ	かたくりと ハンと セリー	
				(髪ごはん)	おくすかけ 福ゼリー 豚丼 猫そうとちくわのサラダ ひきな計 バナナ	L 1	こんにゃく うめ たまねぎ さやいんげん キャベツ しょうがきゅうり コーン ブロッコリー ねぎだいこん にんじん こんにゃく バナナ	こめ むぎ サラダあぶら	454 19.9 11.2 1.6
28	月			tod.	解丼 海そうとちくわのサラダ	ちくわ あぶらあげ とうふ	たまねぎ さやいんげん キャベツ しょうが きゅうり コーン ブロッコリー ねぎ だいこん にんじん こんにゃく バナナ	こめ むぎ サラダあぶら ドレッシング さとう	454 19.9 11.2 1.6 502 23.6 16.6 2.2
25 28 29 30	月火			(菱ごはん)	藤弁 海そうとちくわのサラダ ひきなデ ハナナ 白り葉のチリソースかけ ブロッコリーのチャイナサラダ	ラくわ あぶらあげ とうふ ミル みそ ホキ かにかまぼこ とうふ ぶたにく うすらたまご かまぼこ	たまねぎ さやいんげん キャベツ しょうが きゅうり コーン ブロッコリー ねぎ だいこん にんじん こんにゃく パナナ ねぎ ブロッコリー たまねぎ コーン きゅうり にんじん たけのこ きくらげ	こめ むぎ サラダあぶら ドレッシング さとう こめ サラダあぶら さとう かたくりこ マヨネーズ ごま	454 19.9 11.2 1.6 502 23.6 16.6 2.2 436 23.0 17.4 2.2
28 29	月火水木	8月平均	使用 31日は やさいの日で	(髪ごはん) ごはん	藤井 海そうとちくわのサラダ ひきな汁 パナナ 白り葉魚のチリソースかけ ブロッコリーのチャイナサラダ 笠属の甲華素 ベーコンと宝ねぎのたまご焼き カラフルサラダ	ラくわ あぶらあげ とうふ ミル みそ ホキ かにかまほこ とうふ ぶたにく うすらたまご かまぼこ ペーコン たまご チーズ	たまねぎ さやいんげん キャベツ しょうか きゅうり コーン ブロッコリー ねぎ だいこん にんじん こんにゃく パナナ ねぎ ブロッコリー たまねぎ コーン きゅうり にんじん たけのこ きくらげ チンゲンサイ にんにく しょうが たまねぎ キャベツ にんじん トマトパブリカ きゅうり ブロッコリー	こめ むぎ サラダあぶら ドレッシング さとう こめ サラダあぶら さとう かたくりこ マヨネーズ ごま パン サラダあぶら さとう	454 19.9 11.2 1.6 502 23.6 16.6 2.2 436 23.0 17.4