

2019.6月献立表

富士見幼稚園様

わくわくほくほくペンペン



曜日	献立	エネルギー	たんぱく質	熱やカになる食品	血や肉になる食品	体の調子を整える食品
3日 月	白ご飯、ポークカレー、チキンピカタ、インゲンソテー、りんご	416 Kcal	13.3 g	米・小麦・サラダ油	豚肉・乳・鶏肉 卵・大豆	じゃが芋・人参・玉葱・インゲン コーン・りんご
10日 月	チキンライス、エビカツ、グリーンピース棒天、パプリカソテー、フロツコリー、グレープフルーツ	403 Kcal	13.2 g	米・小麦・サラダ油	鶏肉・豚肉・乳・卵 大豆・エビ・イカ・魚肉	コーン・人参・グリーンピース・キャベツ・赤パプリカ 赤パプリカ・フロツコリー・グレープフルーツ
11日 火	鯉わかめご飯、鶏の唐揚げ、花型さつま揚げ、野菜炒め、枝豆、オレンジ	402 Kcal	14.8 g	米・小麦・サラダ油	鯉・鶏肉・大豆・卵 乳・魚肉	わかめ・キャベツ・人参・もやし 枝豆・オレンジ
17日 月	五目ご飯、肉団子、かぼちや煮、野菜炒め、りんご	384 Kcal	9.5 g	米・小麦・サラダ油	鶏肉・大豆・卵 魚エキス・乳	かぼちや・ほうれん草・人参 もやし・りんご
18日 火	ウインナードッグ、おさかなカツ、豆サラダ、タマゴロール、青菜ソテー、乳飲料	405 Kcal	13.5 g	小麦・サラダ油 ごま	鶏肉・豚肉・乳・卵 カンパチ・すり身・大豆	コーン・キャベツ・チンゲン菜 赤パプリカ
25日 火	うどん・つゆ、メンチカツ、いなり寿司、キャベツのお浸し、缶みかん	438 Kcal	16.8 g	小麦・サラダ油 ごま	かつおぶし・豚肉 鶏肉・大豆・牛肉	キャベツ・人参

※仕入れの都合により、献立の変更がありますことをご了承下さい。