



# 2021年7月の献立

日付	主食	おかず	エネルギー kcal	脂質 g	食塩相当量 g	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
1 (木)	ひやしラーメン	かいせんしおいため、ぎょうざ カルてつヨーグルト	373 16.9	11.5 4.9		えび、大豆、鶏肉、豚肉、ヨーグルト	中華麺、澱粉、砂糖、ごま、ごま油 油、小麦粉、もちごめ	わかめ、きゅうり、人参、筍、チンゲンサイ、エリンギ キャベツ、玉ねぎ、にら
2 (金)	ごはん	さばのしおやき、にくじゃが、キャベツのおかかあえ だいこんとあぶらあげのみそしる、おうとう	457 18.3	15.8 1.9		さば、豚肉、かつお節、おから、さば節、まぐろ節 油揚げ、みそ	米、じゃがいも、砂糖、白滝	人参、玉ねぎ、グリーンピース、キャベツ、大根、黄桃
5 (月)	ごはん	とりのたつたあげ、かにかまとわかめのサラダ えのきとたまねぎのすましじる、ベビーパイン	413 13.7	12.8 1.6		鶏肉、いとより、かに、卵、たら、いわし かつお節	米、油、澱粉、砂糖、ごま油	にんにく、しょうが、キャベツ わかめ、えのき、玉ねぎ、パイナップル
6 (火)	たなばたうどん くたんじょうかい	ほしコロッケ、れいしゃぶサラダ ぶどうゼリー 【たなばたこんだて】	421 10.6	11.2 2.3		たら、いわし、かつお節、鶏肉、豚肉、卵	うどん、麩、澱粉、小麦粉、パン粉 コーンフラワー、じゃがいも、砂糖、油、ごま	オクラ、コーン、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、椎茸 トマト
7 (水)	ごはん	ぶたにくのカレーいため、かいせんシュウマイ もやしのスープ、オレンジ	525 17.2	23.4 2.3		豚肉、いわし、かつお節、たら、いか	米、油、小麦粉、パン粉、澱粉 砂糖	しょうが、玉ねぎ、ピーマン、人参、キャベツ、もやし ほうれん草、オレンジ
8 (木)	しょくパン	とりにくとじゃがいものトマトに、ブロッコリーとツナのごまマヨあえ ズッキーニのスープ、おうとう	393 15.2	16.3 1.6		豆乳、鶏肉、ツナ、ベーコン、いわし、かつお節	小麦粉、マーガリン、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ、ごま	玉ねぎ、ピーマン、トマト、ブロッコリー、ズッキーニ、人参 黄桃
9 (金)	ごはん	ハンバーグきのこソース、もやしとほうれんそうのナムル ミネストローネ、キウイ	361 13	8.6 2.4		豚肉、鶏肉、ベーコン	米、パン粉、砂糖、ごま油、マカロニ	玉ねぎ、しょうが、しめじ、えのき、もやし、ほうれん草 人参、トマト、キャベツ、キウイ
12 (月)	ごはん	たらのさいきょうやき、ひじきのにももの、ロールたまごやき けんちんじる、ベビーパイン	352 19.9	4 1.5		たら、みそ、油揚げ、枝豆、かつお節、卵 豆腐、鶏肉、いわし	米、砂糖、油、里芋	ひじき、人参、ごぼう、パイナップル
13 (火)	ナポリタン	ほうれんそうオムレツ、ポテトサラダ とうがんスープ、おうとう	418 11.5	18.4 2.5		ベーコン、卵、ハム	スパゲティ、油、澱粉 じゃがいも、マヨネーズ	玉ねぎ、トマト、ピーマン、ほうれん草、人参、きゅうり とうがん、黄桃

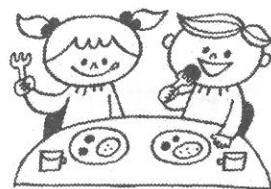
\*食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。

学校法人臼井学園

臼井幼稚園

千葉県佐倉市臼井田2435

TEL 043-487-5462



株式会社幼稚園給食

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

<http://www.y-kyushoku.co.jp/>

TEL 047-448-1388 (代)

龍ヶ崎工場

龍ヶ崎市川原代町3997-1

TEL 0297-63-0122 (代)

佐倉工場

佐倉市神門439

TEL 043-498-8500 (代)