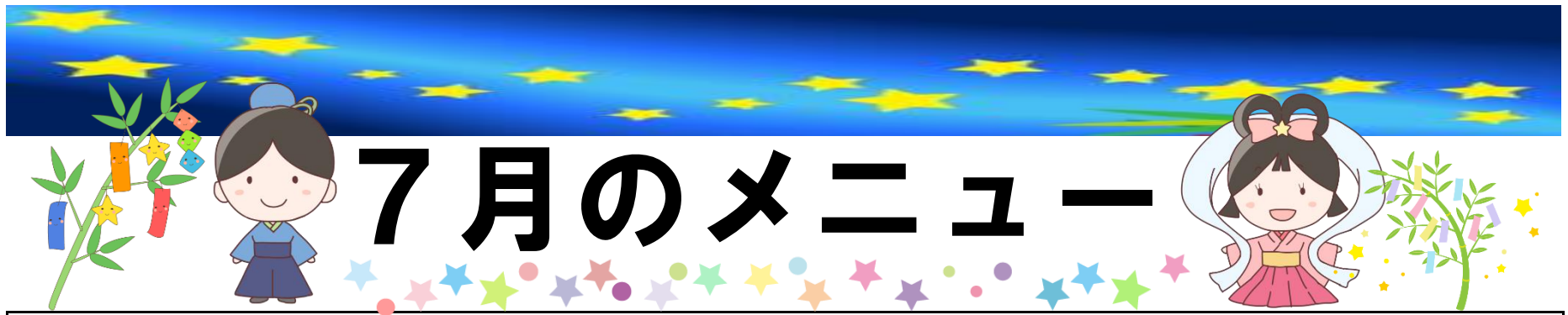




7月のメニュー

7日(水)～9日(金)→保育参観(給食あり)
15日(木)・16日(金)→半日保育
19日(月)→終業式(半日保育)



これから本格的に暑くなり、夏を迎えます。

7月28日は「土用の丑の日」です。土用とは、立春・立夏・立秋・立冬より前の約18日間をさし、丑の日は十二支の干支の中の丑のことをさします。これらが合わさった日のことを土用の丑の日と言います。

この日に食べると良いといわれている「ウナギ」には、ビタミンAやビタミンB群など疲労回復や食欲増進に効果的な栄養素が多く含まれています。また、その他にも「う」のつく食べ物も良いといわれています。例えば「うどん・ウリ・梅干し」等が挙げられます。

暑い夏を乗り切るために栄養価の高いものをしっかり摂りましょう。



日程	献立	原材料
7月1日 (木曜日) 372 Kcal	8の字パン	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳等を主原料とする食品 パン酵母 食塩 乳化剤 増粘剤(キサンタン) 酢酸Na イーストフード 香料
	八宝菜 	豚肉 むきエビ 白菜 玉ねぎ ピーマン たけのこ 人参 八宝菜 干しシイタケ
	ミニトマト 	ミニトマト
	牛乳	牛乳
7月2日 (金曜日) 460 Kcal	白おにぎり	米
	豚肉の中華野菜炒め	豚肉 ニラ 玉ねぎ 人参 生姜 オイスターソース 中華だし 醤油 酒 塩 コショウ ごま油 片栗粉
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ だし 醤油 砂糖 みりん
	ブロッコリー天	ブロッコリー 塩 鶏卵 小麦粉 油
	揚げ里芋とコーンのマヨ和え	里芋 油 コーン マヨネーズ 砂糖 塩 コショウ
	みかん	みかん
7月5日 (月曜日) 407 Kcal	白おにぎり	米
	ハンバーグ デミソース	豚肉 牛肉 鶏肉 鶏卵 玉ねぎ パン粉 粒状植物性蛋白 牛乳 砂糖 食塩 清酒 発酵調味料 しょうがペースト にんにくペースト 香辛料 バター コンソメ ハヤシルウ(フレーク) ソース ケチャップ 醤油 砂糖
	ビーフと錦糸卵の中華サラダ	ビーフ 錦糸卵 バブリカ赤 中華だし 酢 コマ油 醤油 砂糖 塩
	カットコーン	コーン 塩
	さつま揚げと油揚げの甘辛煮	さつま揚げ(卵白含む) 油揚げ だし 醤油 砂糖 みりん
7月6日 (火曜日) 390 Kcal	丸ロール 	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳等を主原料とする食品 パン酵母 食塩 乳化剤 増粘剤(キサンタン) 酢酸Na イーストフード 香料
	夏野菜カレー	牛肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ なす ピーマン トマト カレールー
	キャンディーチーズ 	キャンディーチーズ
	牛乳	牛乳
7月7日 (水曜日) 478 Kcal	七タちらし寿司(のり・卵)	米 ちくわ 椎茸 人参 穀物酢 砂糖 みりん 塩 錦糸卵 のり
	牛肉のしぐれ煮	牛肉 糸こん 人参 しょうが 醤油 砂糖 みりん 酒
	ウインナーと野菜のカレー炒め	ウインナー コーン グリンピース カレー粉 コンソメ 塩 コショウ
	カリフラワーのツナマヨ和え	カリフラワー ツナ マヨネーズ 醤油 砂糖 塩 コショウ
	肉入りコロッケ	じゃがいも パン粉 小麦粉 豚脂 乾燥マッシュポテト 玉ねぎ 大豆蛋白 砂糖 鶏肉 醤油 澱粉 食塩 コショウ 調味料(アミノ酸) パプリカ粉末 カラメル 増粘多糖類 油
7月8日 (木曜日) 454 Kcal	ロールパン	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳等を主原料とする食品 パン酵母 食塩 乳化剤 増粘剤(キサンタン) 酢酸Na イーストフード 香料
	やきそば 	豚肉 中華麺 キャベツ 人参 玉ねぎ お好みソース とんかつソース 油
	ミニゼリー 	異性化液糖 濃縮アップル果汁 濃縮果汁(アップル・グレープ・ピーチ・オレンジ・パイナップル) 砂糖 食塩/ゲル化剤(増粘多糖類) 酸味料 香料 甘味料(紅花黄・クチナシ・アカキャベツ)(一部にりんご・もも・オレンジを含む)
	牛乳	牛乳
7月9日 (金曜日) 551 Kcal	カレーライス 	カレールー(乳 りんご 小麦粉 香辛料 野菜パウダー 食用油脂 砂糖 ポークエキス 蛋白加水分解物 ソースパウダー アミノ酸 カラメル色素 酸味料 乳化剤 コーンスターチ チキンブイヨン カレー粉(原材料に大豆を含む)) ケチャップ ソース 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 米
	りんごジュース	りんご ビタミンC

日程	献立	原材料
7月12日 (月曜日) 413 Kcal	白おにぎり	米
	イタリアンスパゲティ風	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ パセリ にんにく コンソメ ホールトマト ケチャップ 塩 コショウ オリーブ油
	大学芋	さつまいも 黒ゴマ 水あめ 穀物酢 砂糖 塩 油
	いんげんと鶏肉の胡麻和え	いんげん 鶏ほぐし身(鶏肉 デキストリン ホエイパウダー 食塩 卵たんぱく pH調整剤 (原材料の一部に乳を含む)) 白ゴマ すりごま だし 醤油 砂糖 みりん
	きのこのバターソテー	しめじ ブナピー バター 醤油 塩 コショウ
7月13日 (火曜日) 425 Kcal	クロワッサン	小麦粉 マーガリン 卵 砂糖 パン酵母 食塩 脱脂粉乳 ホエイパウダー 乳等を主原料とする食品 乳化剤 V.C 香料
	豚汁	豚肉 人参 ちくわ 小芋 うすあげ 大根 みそ かつおだし
	パイン缶 	パインアップル 砂糖/クエン酸
	牛乳	牛乳
7月14日 (水曜日) 428 Kcal	白おにぎり	米
	ミンチカツ	牛肉 豚肉 バッター粉 生パン粉 乾燥パン粉 粉末状植物性たん白 玉ねぎ 砂糖 果実酒 プルーン 調味料(アミノ酸) 食塩 コショウ
	がんもと人参の煮物	がんも(ごま含む) 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
	焼きビーフン	ビーフン かまぼこ 玉ねぎ 中華だし 醤油 塩 コショウ ゴマ油
	キャベツとわかめの和え物	キャベツ わかめ だし 醤油 砂糖 みりん
	みかん	みかん

□ 仕入れの都合によりメニュー・原材料(アレルギー含む)に変更が生じる場合があります。予めご了承くださいませ。
 株式会社 富喜屋