



2024ねんど きゅうしょく★こんだて 7月

別海くるみ幼稚園

※フルーツは旬のものを使用しています。毎日給食室の前に次の日のメニューと食材を展示しています。是非ご覧ください

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どうようび
1	2	3	4	5	6
<ul style="list-style-type: none"> ●けちやつぱらいす ソーセージ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン ●しおやきとり 鶏もも肉 ●ゆでぶろっこりー ブロッコリー ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●にくじゃが 豚肩ロース、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しらたき ●だいこんのごまあえ だいこん、きゅうり、こま 新メニュー ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●さけのむにえる さけ、れたす ●さつまじる 豚肩ロース、にんじん、ごぼう、だいこん、さつまいも、まいたけ、木綿豆腐、ねぎ ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●まーぼーどうふ 豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、にんにく、しょうが ●あぶらあげとわかめのみそしる あぶらあげ、わかめ ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●ちきんかれー 鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、さつまいも、しめじ、にんにく、しょうが ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●しょうゆらーめん 生めん、豚肩ロース、ほうれんそう、にんじん、ねぎ、わかめ ●くだもの
8	9	10	11	12	13
<ul style="list-style-type: none"> ●ひじきのちゃーはん 豚ひき肉、ひじき、にんじん、ピーマン、しいたけ ●ほうれんそうのなっとうあえ なっとう、ほうれんそう ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●さけのふりったー さけ ●さらだ ブロッコリー、みにとまと ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●みーとぼーる 豚ひき肉、鶏ひき肉 ●はるさめさらだ はるさめ、にんじん、きゅうり、もやし、コーン、こま ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●わかめごはん わかめ ●とりにくみそやき 鶏もも肉、こま ●ひじきに だいず、ひじき、あぶらあげ、にんじん ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●しょうがやき 鶏もも肉、ほうれんそう、にんじん、もやし、たまねぎ、しょうが、にんにく ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●きつねうどん 干しうどん、鶏もも肉、あぶらあげ、ほうれんそう、にんじん ●くだもの
15	16	17	18	19	20
おやすみ	<ul style="list-style-type: none"> ●ひやしちゅうか 生めん、つな、きゅうり、みにとまと、もやし 新メニュー ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●さけのかおりみそやき さけ、きゃべつ、こま ●きりぼしだいこんに きりぼしだいこん、あぶらあげ、にんじん、こんぶ ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●ちーずはんぱーく 豚ひき肉、たまねぎ、ながいも、豆乳、ちーず ●ほてとさらだ じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン、豆乳 ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●なっとうそぼろどん なっとう、豚ひき肉、にら、きゃべつ、ねぎ ●こまつなのみそしる こまつな ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●みーとそーすすばけてい ずばけてい、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、せろり、しめじ、にんにく ●くだもの
22	23	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> ●びらふ ソーセージ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン ●たんどりーちきん 鶏もも肉、にんにく、ヨーグルト ●ほうれんそうすーぷ ほうれんそう、わかめ ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●ごぼうのちやぶちえ 豚肩ロース、たまねぎ、ごぼう、にんじん、にら、はるさめ、しょうが、こま ●きゅうりのすのもの きゅうり、きゃべつ、わかめ ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●さけふらい さけ ●いんげんとつなのごまあえ いんげん、にんじん、つな、こま 新メニュー ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●すきやきふうに 豚もも肉、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、にんじん、えのきだけ、しらたき ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●ちりこんかん だいず、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、じゃがいも、コーン、にんにく ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●やきそば やきそばめん、豚肩ロース、きゃべつ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、あおのり ●くだもの
29	30	31			
<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●ぼーくしちゅー 豚肩ロース、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、しめじ、じゃがいも、コーン、豆乳 ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●さけのしおやき さけ ●わふうさらだ きゃべつ、にんじん、もやし、わかめ、こま ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●どらいかれー 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、せろり、にんにく、しょうが ●くだもの ●ぎゅうにゅう 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>3歳以上児 <月平均栄養価> エネルギー：417kcal たんぱく質：17.9g 脂質：13.9g</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>3歳未満児 <月平均栄養価> エネルギー：366kcal たんぱく質：15.8g 脂質：12.1g</p> </div>	

★今月のポイント★

新メニューは、だいこんのごまあえ、冷やし中華、いんげんとツナのごまあえがあります。