

7月 給食献立表

2023年

奈良保育学院附属幼稚園

日	曜	献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
3	月	ごはん 白身魚のごまみそ焼き 春雨サラダ さつまいもの甘煮 みそ汁 フルーツ	タラフィレ・淡色辛みそ	めし・ごま・普通はるさめ 上白糖・ごま油・さつまいも 焼きふ	さやいんげん・きゅうり・にんじん 葉ねぎ・みかん缶詰
4	火	パン ミートスパゲッティー 冬瓜の煮物 小松菜の卵炒め フルーツ	合びき肉・豆プラス・鶏卵	ロールパン・スパゲッティー 植物油・薄力粉・上白糖 かたくり粉	たまねぎ マッシュルーム水煮缶詰 ピーマンスライス・トマト缶詰 とうがん・にんじん・こまつな 白桃缶
6	木	ごはん 鶏の照り焼き 金平れんこん マカロニサラダ みそ汁 フルーツ	鶏もも・淡色辛みそ	めし・植物油・上白糖・ごま マカロニ・スパゲッティ マヨネーズタイプドレッシング	たまねぎ・にんじん・キャベツ れんこん・ミックスベジタブル わかめ・葉ねぎ・西洋なし缶詰
7	金	ハヤシライス ふたごサラダ フルーツヨーグルト	豚肉スライス・ヨーグルト	めし・植物油・上白糖	たまねぎ・にんじん マッシュルーム水煮缶詰 ブロッコリー・カリフラワー・りんご フルーツカクテル缶