

8月献立表

神戸華僑幼稚園



あたたかいご飯は
おかわり自由です。

6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)						
肉団子のクリーム煮 大豆煮 スナップエンドウ 竹輪の照焼き じゃが芋煮 パイ ご飯	鶏肉の照焼き もやしソテー オーロラサラダ ブロッコリー煮 揚げレンコン オレンジ ご飯	ポークチャップ ビーフン炒め キャベツと人参の中華炒め オクラ煮 ほうれん草玉子焼き 南瓜煮 黄桃 ご飯	冷やし中華 揚げギョーザ 春巻き 星ポテト 大学芋 中華類	白身魚フライ ひじき煮 オクラ煮 じゃが芋煮 レンコン煮 りんご ご飯	熱量 375 Kcal 脂質 5.4 g	蛋白 10.8 g 塩分 1.5 g	熱量 387 Kcal 脂質 11.5 g	蛋白 11.0 g 塩分 0.7 g	熱量 414 Kcal 脂質 7.7 g	蛋白 12.1 g 塩分 1.5 g	熱量 324 Kcal 脂質 6.6 g	蛋白 11.1 g 塩分 1.8 g	熱量 368 Kcal 脂質 8.3 g	蛋白 12.0 g 塩分 0.8 g
13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金) 食育の日						
						サバの照焼き レンコン金平 人参とツナの炒め煮 かき揚げ 大根煮 パイ ご飯		ギョーザ かに玉 もやしナムル 小松菜の和風チャーハン 粉ふき芋 マンゴー ご飯						
20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)						
子キンカツ スパゲティーパセリ レンコン金平 花こんにやく 大根煮 揚げ南瓜 みかん ご飯	豚肉の生姜焼き 野菜炒め 金平ごぼう さつま芋天 竹輪の磯辺揚げ スナップエンドウ マカロニきなこ ご飯	エビフライ スパゲティーナポリタン 玉子ロール ブロッコリー煮 じゃが芋煮 りんご ご飯	ミンチカツ 豆腐のそぼろあん オクラ煮 南瓜煮 人参煮 オレンジ ご飯	白身魚の天ぷら野菜あんかけ ポイルキャベツ こんにやく煮 スナップエンドウ つくね 厚揚げ 揚げなすの煮浸し パイ ご飯	熱量 364 Kcal 脂質 6.3 g	蛋白 9.3 g 塩分 0.8 g	熱量 487 Kcal 脂質 12.6 g	蛋白 12.3 g 塩分 0.8 g	熱量 445 Kcal 脂質 13.1 g	蛋白 14.4 g 塩分 0.7 g	熱量 339 Kcal 脂質 8.3 g	蛋白 7.3 g 塩分 0.5 g	熱量 425 Kcal 脂質 11.4 g	蛋白 13.0 g 塩分 0.8 g
27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)		31日(金)						
鶏肉の黒胡麻天ぷら キャベツのゆかり和え オクラのおかか和え 人参煮 粉ふき芋 スナップエンドウ 黄桃 ご飯	和風パスタ かにクリームコロッケ たこさんウインナー 玉子ロール さつま揚げ さつま芋煮 パイ ご飯	豚肉のマヨポン炒め ビーフンパセリ ほうれん草と人参の煮物 豆腐ステーキ 南瓜煮 大根煮 みかん ご飯	鶏肉のBBQ焼き マカロニソテー キャベツのコンソメ煮 育のり星ポテト スナップエンドウ こんにやく煮 りんご ご飯	焼肉 もやし炒め かき揚げ ブロッコリー煮 春雨の中華炒め オクラ煮 オレンジ ご飯	熱量 436 Kcal 脂質 14.6 g	蛋白 11.4 g 塩分 0.9 g	熱量 394 Kcal 脂質 7.3 g	蛋白 10.2 g 塩分 1.1 g	熱量 439 Kcal 脂質 9.5 g	蛋白 12.3 g 塩分 1.7 g	熱量 368 Kcal 脂質 8.9 g	蛋白 10.6 g 塩分 0.9 g	熱量 467 Kcal 脂質 14.0 g	蛋白 12.3 g 塩分 1.5 g

★仕入れの都合によりメニューを変更する事がございますが、ご了承下さい。