

7月 給食だより



薫幼稚園 R8.6.25

(月)	(火)	1 (水)	2 (木)	3 (金)
☆天候や都合によって、献立やおやつを急に変更することがあります。ご了承ください。		パエリア 牛乳 夏野菜のスープ チーズ	ミートソースの 牛乳 ショートパスタ ミルク寒天	納豆ご飯 牛乳 豚汁 モロヘイヤの天ぷら
		白米 ターメリック オリーブオイル にんにく あさり いか ワイン 玉葱 鶏肉 パプリカ マッシュルーム コンソメ キャベツ 人参 玉葱 トマト ズッキーニ コーン チーズ	パンネ 豚肉 玉葱 人参 しめじ 茄子 ピース トマト オリーブオイル ケチャップ コンソメ ソース 砂糖 ワイン 醤油 牛乳 寒天 みかん	白米 納豆 モロヘイヤ てんぷら粉 油 人参 大根 ごぼう 豚肉 豆腐 小松菜 あげ 味噌 酒 みりん
エネルギー 食塩相当量		466 kcal 1.1 g	421 kcal 1.3 g	555 kcal 1.0 g
おやつ		味しらべ	—	ミニミルク
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)
白ごはん 牛乳 旅行の友ふりかけ 肉団子スープ 野菜のおかか和え	ひじき五目御飯 牛乳 七夕汁 星型ハンバーグ	チャーハン 牛乳 ワントンスープ すいか	ちゃんぽんめん 牛乳 手羽元の煮つけ	麻婆茄子丼 牛乳 わかめスープ
白米 ふりかけ 鶏肉 豆腐 生姜 醤油 酒 ゴマ油 片栗粉 ひじき ブロッコリー 人参 キャベツ しめじ 春雨 コンソメ ゴマ油 塩昆布 鯉節	白米 人参 ひじき ピース 鮭醤油漬 フレーク 椎茸 あげ ちくわ ごぼう 醤油 砂糖 みりん 白だし あげ 鶏肉 葱 そうめん 舞茸 かつお 昆布 ハンバーグ	白米 醤油 中華スープ ハム 葱 人参 卵 醤油 中華 スープ ワンタン 豚肉 玉葱 青梗菜 えのき スイカ	ちゃんぽんめん 豚肉 えび 人参 葱 かまぼこ 生姜 鶏がらスープ 醤油 もやし 玉葱 半平 キャベツ いか スープ 手羽元 砂糖 酢	白米 茄子 豚肉 椎茸 筍 葱 人参 にら にんにく 生姜 中華スープ 砂糖 醤油 油 味噌 片栗粉 ゴマ油 豆腐 わかめ 玉葱 あげ 鶏がらスープ 酒 ゴマ
431 kcal 0.2 g	519 kcal 1.2 g	523 kcal 0.7 g	450 kcal 1.2 g	440 kcal 1.0 g
ホームパイ	チューペット	黒棒	ばかうけ	チューペット
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)
菜飯 牛乳 冬瓜のスープ しゅうまい	枝豆と鮭のご飯 牛乳 五目汁 金時豆	夏野菜カレー 牛乳 マカロニサラダ	冷やしうどん 牛乳 コロッケ ヤクルト	終業式
白米 なめし 冬瓜 人参 豆腐 小松菜 鶏肉 かまぼこ 椎茸 あげ コンソメ 醤油 しゅうまい	白米 枝豆 鮭 白だし 塩 金時豆 砂糖 醤油 豆腐 あげ 鶏肉 小松菜 人参 大根 椎茸 かつお	白米 人参 玉葱 豚肉 茄子 ベーコン 南瓜 トマト ピーマン ソース カレール ウ にんにく 生姜 ワイン オクラ マカロニ きゅうり ハム コーン ブロッコリー マヨネーズ	うどん ささみ きゅうり レタス 人参 コーン めん つゆ コロッケ ヤクルト	
533 kcal 0.7 g	510 kcal 0.5 g	555 kcal 1.1 g	412 kcal 1.1 g	
無限のり	果汁アイス	ハッピーターン	—	

月平均の栄養価 エネルギー 466 kcal たんぱく質 19.6 g Ca 264mg 食塩相当量 1.0 g

これからの暑い時期にぴったりな牛乳寒天の作り方を紹介します

おうちでも作ってみてくださいね

30 cm×20 センチバット

材料 牛乳 600cc
粉寒天 5g
水 200cc
砂糖 100g
みかん缶 1缶

- 作り方
- ①みかん缶を開けてをザルで水分を切っておく
 - ②鍋に水、粉寒天を入れ火にかけよく煮溶かす
溶けたら砂糖を入れて溶かす
 - ③別鍋に牛乳を入れて温める
 - ④③を②に入れよく混ぜる
 - ⑤バットにみかんを入れる
③のミルク液を流し入れ、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす

