



# 7月献立表



令和元年

緑ヶ丘幼稚園 給食室

日 曜	献立名	主食	昼食	あか	きいろ	みどり	その他
				体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 月		ごはん	ビビンバ丼 中華スープ キャベツコーンサラダ 小魚 オレンジゼリー 麦茶	豚肉 ツナ 煮干し	米 砂糖 ごま油 ごま ノンエッグマヨネーズ	しょうが ほうれん草 もやし 人参 大根 えのき草 わかめ キャベツ コーン きゅうり オレンジジュース アガー	水 濃口醤油 塩 チキンスープの素 麦茶
4 木		めん	【小暑】七夕そうめん 鮭の竜田揚げ かぼちゃとじゃが芋のサラダ スイカ 麦茶	油揚げ 鮭	そうめん 片栗粉 油 じゃが芋 砂糖	オクラ 人参 長ねぎ にんにく しょうが 南瓜 きゅうり すいか	だし醤油 濃口醤油 塩 水 料理酒 穀物酢 麦茶

### ☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児 目標量	429	15	12.4	100	1.3
幼児 平均量	431	16.5	12.7	135	1.3