



月	火	水	木	金
<p>1 ようちえん</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>マーボー豆腐 110 ♥</p> <p>とうふ 20 ♥</p> <p>ぶたミンチ 15 ◆</p> <p>だけのこ 10 ◆</p> <p>あおねぎ 5 ◆</p> <p>ほししいたけ 0.5 ◆</p> <p>しょうが 0.3 ◆</p> <p>にんにく 0.03 ◆</p> <p>あかみそ 1.6 ◆</p> <p>はっちょうみそ 1.6 ◆</p> <p>トウパンジャン 0.15 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 3.5 ◆</p> <p>うすくちしょうゆ 1 ◆</p> <p>さとう 1.5 ◆</p> <p>みりん 0.8 ◆</p> <p>さけ 0.8 ◆</p> <p>こしょう 0.03 ◆</p> <p>とりがらスープ 0.7 ◆</p> <p>でんぷん 1.6 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>	<p>2 ようちえん</p> <p>なつやさい 80 ◆</p> <p>ぶたにく 20 ♥</p> <p>じゃがいも 15 ◆</p> <p>たまねぎ 30 ◆</p> <p>かぼちゃ 20 ◆</p> <p>にんじん 10 ◆</p> <p>なす 10 ◆</p> <p>ピーマン 5 ◆</p> <p>トマト 5 ◆</p> <p>りんごピューレ 5 ◆</p> <p>ブルーベリー 1 ◆</p> <p>しょうが 0.2 ◆</p> <p>にんにく 0.1 ◆</p> <p>とりがら 7 ◆</p> <p>とんこつ 3 ◆</p> <p>こめこクレープ 15 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 1 ◆</p> <p>ウスターソース 1 ◆</p> <p>のうこうソース 1 ◆</p> <p>あかワイン 1 ◆</p> <p>トマトケチャップ 1.5 ◆</p> <p>パジルこ 0.03 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>	<p>3 ようちえん</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>とうがんじる 20 ♥</p> <p>ぶたにく 25 ◆</p> <p>にんじん 15 ◆</p> <p>だけのこ 5 ◆</p> <p>あおねぎ 5 ◆</p> <p>しょうが 0.5 ◆</p> <p>ほししいたけ 0.5 ◆</p> <p>けずりぶし 2.5 ◆</p> <p>だしこんぶ 0.6 ◆</p> <p>うすくちしょうゆ 4.5 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 0.3 ◆</p> <p>しお 0.3 ◆</p> <p>さけ 0.4 ◆</p> <p>みりん 0.4 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>	<p>4 ようちえん</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>とっくスープ 20 ♥</p> <p>とりにく 20 ♥</p> <p>トック 20 ◆</p> <p>にんじん 10 ◆</p> <p>たまねぎ 10 ◆</p> <p>えのきだけ 5 ◆</p> <p>あおねぎ 5 ◆</p> <p>ほししいたけ 0.5 ◆</p> <p>しょうが 0.2 ◆</p> <p>とりがら 12 ◆</p> <p>うすくちしょうゆ 3.5 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 0.3 ◆</p> <p>しお 0.35 ◆</p> <p>こしょう 0.02 ◆</p> <p>さけ 0.4 ◆</p> <p>みりん 0.5 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>	<p>5 ようちえん</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>ABCマカロニ 20 ♥</p> <p>とりにく 20 ♥</p> <p>アルファベットマカロニ 4 ◆</p> <p>たまねぎ 15 ◆</p> <p>ソーテーたまねぎ 10 ◆</p> <p>オクラ 10 ◆</p> <p>にんじん 10 ◆</p> <p>セロリー 2 ◆</p> <p>パイオン 20 ◆</p> <p>うすくちしょうゆ 3.5 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 0.3 ◆</p> <p>しお 0.3 ◆</p> <p>こしょう 0.02 ◆</p> <p>しるワイン 0.8 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>
<p>8 ようちえん</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>かぼちゃの みそしる 10 ♥</p> <p>ちくわ 10 ♥</p> <p>かぼちゃ 20 ◆</p> <p>たまねぎ 20 ◆</p> <p>にんじん 10 ◆</p> <p>あおねぎ 5 ◆</p> <p>あかみそ 9 ◆</p> <p>しるみそ 2 ◆</p> <p>けずりぶし 2.5 ◆</p> <p>だしこんぶ 0.6 ◆</p> <p>みりん 0.4 ◆</p>	<p>9 ようちえん</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>なつやさいの スープに 20 ♥</p> <p>とりにく 20 ♥</p> <p>じゃがいも 50 ◆</p> <p>たまねぎ 30 ◆</p> <p>ズッキーニ 10 ◆</p> <p>なす 5 ◆</p> <p>とうがん 5 ◆</p> <p>にんじん 5 ◆</p> <p>にんにく 0.02 ◆</p> <p>とりがら 7 ◆</p> <p>うすくちしょうゆ 2 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 1 ◆</p> <p>みりん 0.4 ◆</p> <p>さとう 0.3 ◆</p> <p>しるワイン 0.8 ◆</p> <p>しお 0.35 ◆</p> <p>こしょう 0.02 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>	<p>10 ようちえん</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>ぶたにくと あつあげのにも 35 ♥</p> <p>ぶたにく 20 ♥</p> <p>ひらてん 10 ♥</p> <p>たまねぎ 30 ◆</p> <p>にんじん 10 ◆</p> <p>さやいんげん 5 ◆</p> <p>こんにゃく 20 ◆</p> <p>しょうが 0.2 ◆</p> <p>けずりぶし 0.8 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 4.5 ◆</p> <p>うすくちしょうゆ 1.2 ◆</p> <p>さとう 1.5 ◆</p> <p>みりん 0.8 ◆</p> <p>さけ 0.4 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>	<p>11 ようちえん</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>ごもくじる 5 ♥</p> <p>かまぼこ 5 ♥</p> <p>とうふ 5 ♥</p> <p>おおさかしろな 20 ◆</p> <p>はくさい 15 ◆</p> <p>にんじん 10 ◆</p> <p>えのきだけ 5 ◆</p> <p>しいたけ 5 ◆</p> <p>けずりぶし 2.5 ◆</p> <p>だしこんぶ 0.6 ◆</p> <p>うすくちしょうゆ 3.5 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 0.3 ◆</p> <p>しお 0.3 ◆</p> <p>みりん 0.5 ◆</p>	<p>12 のむヨーグルト</p> <p>ごはん 75 ◆</p> <p>じゃがいも 20 ◆</p> <p>たまねぎ 20 ◆</p> <p>にんじんピューレ 20 ◆</p> <p>クリームコーン 20 ◆</p> <p>にんじん 5 ◆</p> <p>パセリチップ 7 ◆</p> <p>とんこつ 3 ◆</p> <p>とうにゅう 20 ◆</p> <p>しお 0.6 ◆</p> <p>こしょう 0.02 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>
<p>15</p> <p>うみのひ</p>	<p>16 ようちえん</p> <p>ひやしちゅうか 80 ◆</p> <p>やきぶた 20 ♥</p> <p>もやし 20 ◆</p> <p>きゅうり 15 ◆</p> <p>ホールコーン 10 ◆</p> <p>にんじん 5 ◆</p> <p>ひやしちゅうかのたれ 1 ◆</p> <p>タッカルビ 40 ♥</p> <p>キャベツ 20 ◆</p> <p>にんじん 5 ◆</p> <p>しょうが 0.3 ◆</p> <p>にんにく 0.05 ◆</p> <p>コチュジャン 0.3 ◆</p> <p>トマトケチャップ 5 ◆</p> <p>さけ 1 ◆</p> <p>みりん 1 ◆</p> <p>こいくちしょうゆ 1 ◆</p> <p>さとう 0.2 ◆</p> <p>こしょう 0.02 ◆</p> <p>しお 0.2 ◆</p> <p>こめあぶら ◆</p>	<p>献立表中の ◆ ♥ ♣ マークは、三色栄養（食べ物の3つの働き）をあらわします。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid yellow; padding: 5px;"> <p>◆きいろのたべもの こくるい・いも・さとう あぶら・しゅじつ (しつ・たんすいかぶつ)</p> </div> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>♥あかたべもの にゅう・たまご・さかな にく・だいず・かいそう (たんぱくしつ・ミネラル)</p> </div> <div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> <p>♣みどりのたべもの やさい・くだもの・きのこ (ビタミン・ミネラル)</p> </div> </div>		

富田林市産の野菜を使用する予定です

・米	1日	米の品種は「ひのちやん」
・人参	2日・3日	を使用します
・玉葱	2日・9日	
・じゃが芋	9日	
・ズッキーニ	9日	
・茄子	9日	

食物アレルギーを お持ちの方々へ

給食センター・パン工場・食品加工工場では、原材料として使用していないにもかかわらず、アレルギー物質が意図せず混入してしまう場合(コンタミネーション)があります。

魚を食べるときは骨に気を付けて食べましょう

のどにつまらせないように よくかんで食べましょう

◆このマークがついている日は、幼稚園の給食実施日です。

♣このマークがついている日は、スプーンを持ってきましょう。

正しい手の洗い方を確認しよう



	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	ビタミン			食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	
	kcal	(%エネルギー)	(%エネルギー)	g	A μgRE	B1mg	B2mg	Cmg	mg	mg	mg	
学校給食摂取基準	650	摂取エネルギー全体の13~20%	摂取エネルギー全体の20~30%	4.5以上	200	0.40	0.40	25	2未満	350	50	3.0
7月平均栄養量	628	15.8%	27.4%	4.6	233	0.41	0.52	24	2.4	361	86	3.0

●献立表中の食品の数量の単位はgで中学年の量を示しています。配分量は幼稚園児は0.75倍量、低学年(1年生・2年生)は0.85倍量、高学年(5年生・6年生)は1.15倍量になります。

●材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますのでご了承下さい。