

7月給食献立予定表

いわき短期大学附属幼稚園

日	曜	献立名	栄養価		おもな材料
			熱量	たんぱく質	
1	火	ポークピカタ 中華和え 牛乳	271	13.1	豚肉 卵 キャベツ もやし わかめ きゅうり にんじん コーン缶
2	水	ちくわ磯辺天 煮物 牛乳	258	12.6	ちくわ 卵 じゃがいも 豚肉 にんじん たまねぎ 糸こんにゃく
3	木	麻婆豆腐 果物 ブロッコリーサラダ 牛乳	254	12.6	豆腐 豚ひき肉 たまねぎ ブロッコリー コーン缶 かまぼこ バナナ
4	金	チキンカツ ごま和え 牛乳	268	13	鶏肉 卵 キャベツ ほうれん草 ごま
7	月	七夕会メニュー	そうめん(トッピング具材あり)、おがず1品、ゼリーが出ます。 主食(ごはん・パン)はいりません。		
8	火	肉だんご 野菜炒め 牛乳	262	12.8	豚ひき肉 たまねぎ 卵 チンゲン菜 キャベツ にんじん ピーマン さつまあげ ベーコン
9	水	ハムエッグフライ 中華春雨サラダ 牛乳	270	13	ハム 卵 キャベツ 春雨 にんじん きゅうり コーン缶 みかん缶
10	木	豚肉のみそ焼き スパゲティサラダ 牛乳	259	13.1	豚肉 キャベツ スパゲティ ハム にんじん きゅうり コーン缶
11	金	カレー フルーツヨーグルト 牛乳	268	12.7	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ヨーグルト バナナ キウイフルーツ パイン缶
14	月	鶏肉の唐揚げ 三色和え 果物 牛乳	263	13	鶏肉 しょうが 卵 キャベツ もやし にんじん きゅうり オレンジ
15	火	ウィンナーソテー スパゲティナポリタン 牛乳	261	12.7	ウィンナー キャベツ スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン コーン缶
16	水	メンチカツ さつまいも甘煮 牛乳	258	12.9	豚ひき肉 たまねぎ キャベツ さつまいも
17	木	焼肉 ポテトサラダ 牛乳	261	12.8	豚肉 しょうが 卵 キャベツ じゃがいも にんじん きゅうり コーン缶



8月給食献立予定表

日	曜	献立名	栄養価		おもな材料
			熱量	たんぱく質	
26	火	コロッケ 麻婆春雨 果物 牛乳	269	12.9	じゃがいも たまねぎ キャベツ 春雨 豚ひき肉 にんじん もやし ニラ 細切りたけのこ
27	水	ハムピカタ 切昆布煮 牛乳	262	12.8	ハム 卵 キャベツ 切昆布 にんじん 糸こんにゃく さつまあげ
28	木	魚の立田揚 マカロニサラダ 牛乳	270	13	魚 しょうが キャベツ マカロニ ハム にんじん きゅうり コーン缶
29	金	カレー カットフルーツ 牛乳	258	12.5	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ すいか みかん缶