

2022年

## 双葉ヶ丘幼稚園 (幼稚園部)



〈調理担当〉  
大木 南  
高橋 中村  
〈献立担当〉  
橋本



日付	行事	アツ	献立	エネルギー (kcal)	材料名		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
02 木			玉子スープ、メンチカツ、人参しりしり	189.1	油、砂糖	メンチカツ、卵、ツナ、いんげん、かつお節	もやし、人参、玉葱、貝割れ菜、わかめ
03 金		★	ビーフシチュー、コールスローサラダ	223.9	じゃがいも、マヨネーズ、油、砂糖	牛肉、ロースハム	玉葱、キャベツ、人参、胡瓜、グリーンピース、コーン
06 月			油揚げのみそ汁、さわらの西京焼き、切干し大根の煮物	121.6	しらたき、砂糖	さわら西京焼き、油揚げ、味噌、いんげん	人参、玉葱、しいたけ、切り干しだいこん、ねぎ
07 火			中華スープ、揚げ餃子、チンジャオロース	256.2	油、砂糖、片栗粉、ごま油	豚肉、ぎょうざ、卵、ごま	玉葱、青ピーマン、人参、コーン、ねぎ、わかめ
08 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
09 木			すまし汁、ちくわ磯辺揚げ、大根と人参の甘酢あえ	158.9	てんぷら粉、油、砂糖	ちくわ、かまぼこ	大根、小松菜、人参、えのきたけ、あおのり
10 金			油揚げのみそ汁、さばの塩焼き、かぼちゃのそぼろ煮	240.6	砂糖	鶏ひき肉、さば、味噌、油揚げ、いんげん	かぼちゃ、人参、玉葱、ねぎ
13 月			春雨スープ、シュウマイ、ほうれん草とコーンのソテー	120.8	はるさめ、油、砂糖	しゅうまい、ごま	ほうれん草、人参、コーン、ねぎ、わかめ
14 火			なすのみそ汁、白身魚と豆腐のふんわりしんじょう、いんげんとごぼうのきんぴら	195.8	油、砂糖、ごま油	白身魚と豆腐のしんじょう、いんげん、味噌、油揚げ、ごま	なす、ごぼう、人参、玉葱、ねぎ
15 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
16 木			五目汁、豚肉のしょうが焼き、フライドポテト	266.6	フライドポテト、さといも、油、砂糖、片栗粉	豚肉、油揚げ	人参、玉葱、大根、ごぼう、ねぎ
17 金		★	チキンカレー、フルーツフルーチェ	207.6	じゃがいも	牛乳、鶏もも肉	バナナ、玉葱、人参、青ピーマン
20 月			麩のすまし汁、照り焼きハンバーグ、マカロニサラダ	235.8	焼心、マカロニ、マヨネーズ、砂糖、油、片栗粉	ミニハンバーグ、ロースハム	胡瓜、玉葱、人参、えのきたけ、キャベツ、コーン、ねぎ、わかめ
21 火			野菜スープ、トマト煮込みボール、ブロッコリーとコーンのソテー	183.1	じゃがいも、砂糖、マーガリン、片栗粉	チキンボール、ベーコン、いんげん	ブロッコリー、コーン、玉葱、ホールトマト、キャベツ、人参
22 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
23 木			貝だくさんぶっかけそうめん汁、焼肉風炒め	256.3	ゆでそうめん、砂糖、油	牛肉、錦糸卵、かにかまぼこ	キャベツ、玉葱、もやし、胡瓜、人参、青ピーマン、しいたけ、ねぎ
24 金	お誕生日会	★	オニオンスープ、チキンフライお野菜外外、飾り人参、粉ふき芋、あじさいゼリー	363.1	じゃがいも、マヨネーズ、油、砂糖	チキン竜田、ホイップクリーム、ベーコン	かんてん、玉葱、人参、もも、キャベツ、キウイフルーツ、貝割れ菜、コーン
27 月			ミネストローネ、白身魚のフライ、いんげんとコーンのソテー	147.5	じゃがいも、油	白身魚フライ、ベーコン	いんげん、人参、玉葱、コーン、ホールトマト
28 火		★	マーボー豆腐、ほうれん草とツナのあえ物	187.3	はるさめ、片栗粉、ごま油、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、ツナ、味噌	ほうれん草、玉葱、人参、コーン、ねぎ、しょうが
29 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
30 木			レタスとベーコンのスープ、オムレツ、ポテトサラダ	181.2	じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	オムレツ、ロースハム、ベーコン	玉葱、胡瓜、レタス、人参、コーン
7/1 金			豚汁、鮭の塩焼き、厚揚げと大豆の煮物	258.5	じゃがいも、砂糖、油、ごま油	さけ、豚肉、大豆、厚揚げ、味噌、いんげん、油揚げ	玉葱、ごぼう、人参、ねぎ

※★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。※仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。