



# H30.7月半日保育の給食献立表



(注文を希望される方は、左記「夏休み前の半日保育給食注文について」の注文欄に記入してご提出ください。)

学校法人 上松学園 カオル幼稚園

日にち	曜日	献立名	主な食材料			栄養素量			
			熱や力になるもの (きいろ)	肉や骨をつくるもの (あか)	体の調子を整えるもの (みどり)	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
17	火	・ごはん ・ししゃものいそペフライふう ・ちくぜんに ・かぼちゃのみそしる	ごはん、パン粉、油、砂糖、みりん、しょうゆ、ごま油	ししゃも、青のり、パルメザンチーズ、ちくわ、油揚げ、みそ	にんじん、ごぼう、竹の子水煮、さやいんげん、玉ねぎ、かぼちゃ、なす、しめじ	433kcal	18.8g	11.8g	2.1g
18	水	・ごはん ・とりのゴマやき ・トマトときゅうりのマヨナムル ・はるさめスープ	ごはん、酒、しょうゆ、ゴマ、米酢、マヨネーズ、ごま油、鶏がらだし	鶏肉、厚揚げ	トマト、きゅうり、もやし、玉ねぎ、にんじん、なす、えのき、ピーマン、春雨	412kcal	18.4g	11.6g	1.0g
19	木	・にんじんワカメごはん ・おとうふハンバーグ ・きのこソテー ・コーンクリームスープ	ごはん、酒、ゴマ、片栗粉、ケチャップ、油、しょうゆ、ホワイトソース、鶏がらだし	ワカメ、豚肉、豆腐、ベーコン、牛乳	にんじん、玉ねぎ、ピーマン、えのき、しめじ、しいたけ、さやいんげん、クリームコーン、コーン	439kcal	15.6g	13.5g	1.4g
20	金	☆年長組→お泊り保育、年少・年中組→希望者登園日(半日保育)☆							

※食材によって、献立が変わることがあります。  
※アレルギーのお子様には、除去食・代替食を提供させていただきます。

<目標栄養素量>
エネルギー:440Kcal
たんぱく質:16g
脂質:13g
食塩:1.6g

待ちに待った夏休みが目前です。できるだけ幼稚園生活のリズムを崩さず、朝・昼・晩としっかり食事を摂って健康に過ごしてくださいね。



# H30.7月半日保育の給食献立表



(注文を希望される方は、左記「夏休み前の半日保育給食注文について」の注文欄に記入してご提出ください。)

学校法人 上松学園 カオル幼稚園

日にち	曜日	献立名	主な食材料			栄養素量			
			熱や力になるもの (きいろ)	肉や骨をつくるもの (あか)	体の調子を整えるもの (みどり)	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
17	火	・ごはん ・ししゃものいそペフライふう ・ちくぜんに ・かぼちゃのみそしる	ごはん、パン粉、油、砂糖、みりん、しょうゆ、ごま油	ししゃも、青のり、パルメザンチーズ、ちくわ、油揚げ、みそ	にんじん、ごぼう、竹の子水煮、さやいんげん、玉ねぎ、かぼちゃ、なす、しめじ	433kcal	18.8g	11.8g	2.1g
18	水	・ごはん ・とりのゴマやき ・トマトときゅうりのマヨナムル ・はるさめスープ	ごはん、酒、しょうゆ、ゴマ、米酢、マヨネーズ、ごま油、鶏がらだし	鶏肉、厚揚げ	トマト、きゅうり、もやし、玉ねぎ、にんじん、なす、えのき、ピーマン、春雨	412kcal	18.4g	11.6g	1.0g
19	木	・にんじんワカメごはん ・おとうふハンバーグ ・きのこソテー ・コーンクリームスープ	ごはん、酒、ゴマ、片栗粉、ケチャップ、油、しょうゆ、ホワイトソース、鶏がらだし	ワカメ、豚肉、豆腐、ベーコン、牛乳	にんじん、玉ねぎ、ピーマン、えのき、しめじ、しいたけ、さやいんげん、クリームコーン、コーン	439kcal	15.6g	13.5g	1.4g
20	金	☆年長組→お泊り保育、年少・年中組→希望者登園日(半日保育)☆							

※食材によって、献立が変わることがあります。  
※アレルギーのお子様には、除去食・代替食を提供させていただきます。

<目標栄養素量>
エネルギー:440Kcal
たんぱく質:16g
脂質:13g
食塩:1.6g

待ちに待った夏休みが目前です。できるだけ幼稚園生活のリズムを崩さず、朝・昼・晩としっかり食事を摂って健康に過ごしてくださいね。

