

2019年 6月 ようちえんきゅうしょく



服部 幸應 (はっとりゆきお)

医学博士・健康大使。日本の料理評論家、学校法人服部学園理事長、服部栄養専門学校校長、社団法人全国調理師養成施設協会会長、東日本料理学校協会会長、NPO日本食育インストラクター協会理事長、内閣府食育推進室「食育推進会議」委員なども務め叙勲歴もある「食育」の第一人者。

株式会社さんG



www.shokuiku-sankyu.com

日付	主食	献立	体をつくる (あか)	熱や力になる (きいろ)	体調を整える (みどり)	カロリー たんぱく質 塩分
3 (月)	ごはん	ピーマンのにくづめフライ さやつきえだまめ きんぴらごぼう カボチャのもの キャンディーチーズ	豚肉 チーズ	米・植物油脂 小麦粉・パン粉	ピーマン・たまねぎ 枝豆・ごぼう 人参・カボチャ	457 18.9 1.5
4 (火)	ごはん	ぎゅうやきにく しおキャベツ ワカメのすのもの たらこスパゲッティ もも	牛肉 わかめ 油揚げ 昆布 たらこ	米・植物油脂 スパゲッティ	たまねぎ・キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン 人参・もも	409 13.0 1.8
5 (水)	ごはん	キーマカレー クリームコロッケ グリーンサラダ パイ	鶏肉 牛乳 ハム	米・植物油脂 カレールー ドレッシング 小麦粉・パン粉	たまねぎ・人参 赤ピーマン コーン キャベツ・きゅうり パイ	464 12.9 1.7
6 (木)	ごはん	さかなハンバーグ ほうれんそうソテー だいこんサラダ ハッシュドポテト りんご	マグロ ツナ	米・植物油脂 パン粉・じゃが芋 ドレッシング	たまねぎ ほうれん草 コーン・人参 大根・水菜 りんご	372 16.6 1.3
7 (金)	ごはん	チンジャオロースー アスパラベーコンソテー しらたきときゅうりのあえもの カボチャのはちみつに	牛肉 ベーコン	米・植物油脂 片栗粉	赤ピーマン・きゅうり 黄ピーマン・人参 ピーマン・たまねぎ 筍・アスパラ・しらたき ブロッコリー・カボチャ	413 15.0 1.7
10 (月)	ごはん	ユーリンチー はるさめサラダ チンゲンさいともやしのあえもの ゴマだんご	鶏肉	米・植物油脂 小麦粉・片栗粉 春雨・ゴマ もち米	長ネギ もやし きゅうり・人参 チンゲン菜 小豆	520 14.4 1.7
11 (火)	ごはん	ぶたのしょうがやき ミニトマト こまつなのおひたし あげしゅうまい グレープフルーツ	豚肉 油揚げ エビ	米・植物油脂 小麦粉 ゴマ油	ミニトマト 小松菜・人参 グレープフルーツ	384 15.9 1.2
12 (水)	ごはん	ミックスフライ コールスロー はながたおこのみやき もも	エビ イカ 豚肉	米・植物油脂 小麦粉・パン粉 マヨネーズ	コーン・キャベツ きゅうり・人参 青のり・もも	432 17.1 1.7
13 (木)	ディナーロールパン わかめたわらおにぎり	にこみハンバーグ ブロッコリーソテー ジャーマンポテト りんご	豚肉 鶏肉 ベーコン わかめ	ロールパン 米・植物油脂 じゃが芋	マッシュルーム ブロッコリー たまねぎ・人参 りんご	400 13.4 1.7
14 (金)	ごはん	ガリバタチキン きぬさやのサラダ ひじきのもの さつまいものレモンふうみ パイ	鶏肉 ハム ひじき さつま揚げ バター	米・植物油脂 小麦粉 ゴマ油	きぬさや・たまねぎ こんにゃく サツマイモ パイ	420 16.1 1.6

☆仕入れ材料の都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。
 ☆スプーン等に氏名・園名の記入をお願いします。
 ☆弊社の給食には、「ピーナッツ」と「そば」を原料にしているものは使用しておりません。



日付	主食	献立	体をつくる (あか)	熱や力になる (きいろ)	体調を整える (みどり)	カロリー たんぱく質 塩分
17 (月)	ごはん	さけのレモンオイルやき ペペロンチーノ ラタトゥイユ いんげんのごまあえ みかん	鮭	米・植物油脂 スパゲッティー ごま	レモン・たまねぎ ズッキーニ なす・人参 赤ピーマン いんげん・みかん	398 13.6 1.6
18 (火)	ごはん	ぶたにくのみそマヨやき ほうれんそうとひじきのあえもの にんじんのグラッセ こんにゃくのいためもの だいがくいも	豚肉 ひじき かつお節	米・植物油脂 ごま マヨネーズ	ほうれん草 人参・こんにゃく サツマイモ	423 15.3 1.5
19 (水)	ごはん	さんまのやわらかに にくじゃが だいこんオクラ ミニたいやき	サンマ 豚肉	米・植物油脂 じゃが芋 小麦粉	たまねぎ・人参 大根・おくら 小豆	413 14.9 1.3
20 (木) 服部メニュー	しょくいくごはん	エビカツ キャベツときのこのいために だいこんなます かんぴょうとしいたけのつくだに りんご	エビ はんぺん ウインナー	米・植物油脂 小麦粉・パン粉 もちキビ・大麦 アマランサス・ゴマ もちアワ・黒米	キャベツ・しめじ たまねぎ・大根 人参・かんぴょう しいたけ りんご	417 14.1 1.7
21 (金)	ごはん	チキンカレー ミニイカフライ まめサラダ もも	鶏肉 イカ 大豆 ハム	米・植物油脂 じゃが芋 小麦粉・パン粉 マヨネーズ カレールー	たまねぎ・人参 グリーンピース きゅうり・枝豆 ひよこ豆・白桃	511 17.4 2.0
24 (月)	ごはん	ヒレカツ ポイルキャベツ こまつなときのこのにびたし あかかぶさつま オレンジ	豚肉 油揚げ さつま揚げ	米・植物油脂 小麦粉・パン粉	キャベツ・人参 しめじ・小松菜 オレンジ	379 16.5 1.2
25 (火)	ごはん	とりのからあげ ミニカップグラタン アスパラベーコンいため みかん	鶏肉 ベーコン 牛乳	米・植物油脂 マカロニ・小麦粉 パン粉・片栗粉	アスパラ 人参 みかん	478 13.1 1.7
26 (水)	ごはん	ホイコーロー ミニかにたま もやしナムル あんにんどうふ	豚肉 卵 カニ 牛乳	米・植物油脂 ゴマ油 ごま 片栗粉	キャベツ・人参 たまねぎ・ネギ ピーマン・たけのこ しいたけ・もやし 小松菜・もも	498 14.1 1.8
27 (木)	クロワッサン たわらおにぎり	カボチャチーズコロッケ ナポリタン ウインナーいため ブロッコリーサラダ りんご	チーズ ウインナー	クロワッサン 米・植物油脂 小麦粉・パン粉 スパゲッティー ドレッシング	カボチャ・たまねぎ ブロッコリー 人参・きゅうり りんご	388 7.5 1.4
28 (金) 服部メニュー	ごはん	ぶたにくのあまからやき だいこんとカニカマのつやに インゲンのしおこんぶいため えだまめのつまみあげ パイン	豚肉 かにかま 昆布 さつま揚げ	米・植物油脂 片栗粉・小麦粉	大根・大根の葉 いんげん・枝豆 パイン 梅	420 16.8 1.6

