7月のこんだて

道伯幼稚園

			あか ち　や　にくになる たべもの	きいろ ちからのもとになる たべもの	みどり からだのちょうしを ととのえるたべもの
3	月	とんかつ　ごぼうのごまがらめ ひじきに　とうにゅうがんも ミニゼリー　ごはん	ぶたにく あぶらあげ とうにゅうがんも	こむぎこ　パンこ ごま あぶら　こめ	ごぼう ひじき にんじん いんげん
4	火	えびかつ　ミートスパゲティー れんこんしょうゆに　こうやどうふに ミートボール　わかめごはん	えび ミンチ こうやどうふ	こむぎこ　パンこ スパゲティー あぶら　こめ	たまねぎ れんこん にんじん コーン
5	水	とりにくのてりやき　ゆでやさい きりぼしだいこんのサラダ　ウインナー プチデザート　ごはん	とりにく ウインナー	こむぎこ ごまドレッシング あぶら　こめ	ブロッコリー きりぼしだいこん コーン キャベツ
6	木	マーボーどうふ　しゅうまい　**ゼリー** れんこんまんじゅう　ナムル　**スプーン持参** プチやきいも　ごはん	とうふ ミンチ ぎょにく	こむぎこ かたくりこ あぶら　こめ	ねぎ　たまねぎ キャベツ　れんこん チンゲンサイ にんじん　もやし
7	金	ハンバーグ　ほしがたコロッケ ほうれんそうのソテー　ごもくしんじょ こんぺいとう　ごはん	ミンチ しんじょ	こむぎこ じゃがいも あぶら　こめ	たまねぎ ほうれんそう にんじん コーン　ひじき ブロッコリー
10	月	とんから　こまつなのひじきあえ グラタン　やきどうふ ミニゼリー　ごはん	ぶたにく ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ	こむぎこ かたくりこ マカロニ あぶら　こめ	キャベツ にんじん ブロッコリー コーン
11	火	とりのからあげ　しおやきそば ブロッコリーのコンソメに　たまごやき ミニえびフライ　ごはん	とりにく ぶたにく たまご えび	こむぎこ　パンこ めん あぶら　こめ	キャベツ にんじん ブロッコリー コーン
12	水	とりじゃが　こんにゃくのみそに ハムかつ　はなさつま プチむしパン　ごはん	とりにく ハム ぎょにく	こむぎこ　パンこ じゃがいも あぶら　こめ	にんじん いんげん こんにゃく
13	木	さかなのしおやき　カレーコロッケ キャベツのサラダ　ウインナー　**ゼリー** フルーツ　ごはん　**スプーン持参**	さかな ウインナー	こむぎこ　パンこ じゃがいも ドレッシング あぶら　こめ	キャベツ にんじん ほうれんそう コーン
14	金	ビビンバ　とうふのひじきに ぎょうざ　かぼちゃに ミニゼリー　ごはん	ぶたにく とうふ ミンチ	こむぎこ あぶら　こめ	ほうれんそう にんじん　もやし ひじき　ねぎ にんじん キャベツ
18	火	カレー	ぶたにく	じゃがいも カレールウ あぶら　こめ	にんじん たまねぎ
19	水	ハンバーグ　チキンナゲット れんこんのあおのりあえ　ハムステーキ ミニチーズ　ごはん	ミンチ とりにく ハム チーズ	こむぎこ あぶら　こめ	たまねぎ れんこん にんじん コーン

＊仕入れ等の都合により内容が変更することをご了承下さい

お米は国産米を使用致します。

三重県鈴鹿市池田町１２３５番地
TEL（０５９）３８２－５３３３

＊ゼリーがある日は、スプーンを持参して下さい。