

# ★令和4年8月(前半) 河原幼稚園 献立表★

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
三角ムスビ(さげ)	三角ムスビ(わかめ)	三角ムスビ(ゆかり)	〇俵ムスビ(ふりかけ)	白ごはん
〇いかフライ 〇ロールキャベツ ケチャップ添え 〇カレースパゲッティ炒め サワー漬け フルーツゼリー	〇肉しゅっまい 〇チヂミ 松前高菜ビーフン 里芋煮 にんじんシリシリ オレンジ	そうめん さばつけ焼き さつまいも天ぷら 昆布含め煮 グラタン ヨーグルトゼリー	〇オムレツ ポロネーゼスパゲッティ 〇ポークウィンナー 切干大根煮 ブロッコリー 〇プリンゼリー	和風からあげ さばつけ焼き 〇酢豚 〇サラダビーフン ふりかけ ミレービスケット
エネルギー：422kcal 脂 質：10.0g タンパク質：15.8g	エネルギー：420kcal 脂 質：7.4g タンパク質：13.8g	エネルギー：409kcal 脂 質：7.9g タンパク質：17.3g	エネルギー：427kcal 脂 質：8.6g タンパク質：13.7g	エネルギー：425kcal 脂 質：11.1g タンパク質：19.4g

8日(月)	9日(火)	10日(水)
三角ムスビ(こんし)	わかめごはん	炊き込みごはん
チキンステーキ 〇白身フライ カレー春雨 〇コーンパセリバター炒め 〇ゆでたまご1/2 ゼリー	〇小籠包 ひじき含め煮 キャベツスパゲッティサラダ さつまいも煮 〇ロースハム フルーツゼリー	〇ハンバーグ煮 〇オムレツ マカロニケチャップ 小松菜含め煮 ゴーヤ煮 〇あんドーナツ
エネルギー：404kcal 脂 質：8.5g タンパク質：14.0g	エネルギー：408kcal 脂 質：12.5g タンパク質：13.3g	エネルギー：411kcal 脂 質：11.0g タンパク質：17.4g

〇印・・・卵を含むもの

\*\*\*\*\*  
お米は県内産のものを  
使用しておりますので、  
安心してお召し上がりください。  
\*\*\*\*\*

