

4月 ようちえんのおべんとう

へいせい30ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

FAX048-872-0146

			5 もく チキンカレー チンゲンさいとコーンのソテー ウィンナー ミニトマト フルーツ 発芽米入りご飯 422kcal 11.1g	6 きん デミ・つくねバーグ あげじゃが にんじんグラッセ ブロッコリー あつあげ フルーツ おかかごはん 421kcal 11.2g
9 げつ メンチカツ ゆでもろこし ハムステーキ カリフラワー このはがたごもくしんじょう フルーツ ひじきごはん 426kcal 11.0g	10 か オムレツ チーズいりぼうつくな ブロッコリー さつまあげ さといもに ミニゼリー こんぶごはん 420kcal 11.5g	11 すい とりにくのからあげ ナポリタン アンパンマンポテト フランクフルト えだまめ フルーツ さけごはん 428kcal 11.4g	12 もく ハンバーグ やきそば スウィートポテト がんも だいこんグラッセ フルーツ おかかごはん 425kcal 11.5g	13 きん やさしいコロッケ ミートスパ もろこしつまみあげ コロコロきゅうり たけのこに フルーツ じゃこごはん 420kcal 11.1g
16 げつ ポークカレー のりまきたまごロール ふきに ミニトマト フルーツ 発芽米入りご飯 422kcal 11.2g	17 か エビフライ やきうどん アンパンマンポテト いんげんに かぼちゃに フルーツ ひじきごはん 419kcal 11.3g	18 すい マーボーとうふ コーンしゅうまい チンゲンさいソテー にんじんに フルーツ しろごはん 420kcal 11.1g	19 もく とりにくのからあげ ゆでもろこし しゅうまい ブロッコリー じゃがいもに フルーツ さけごはん 422kcal 11.0g	20 きん さかなのてりやき きんぴらごぼう えだまめ はながたごもくしんじょう ミートボール フルーツ ごましおごはん 421kcal 11.2g
23 げつ コーンコロッケ ミートスパ なると ロマネスコカリフラワー たけのこに ミニゼリー もみのりごはん 424kcal 11.2g	24 か タンドリーチキン ビーフソテー たごウィンナー だいこんグラッセ えだまめ フルーツ じゃこごはん 423kcal 11.1g	25 すい とんかつ ナポリタン ゆでアスパラ じゃがいもに フランクフルト フルーツ・デザートゼリー たまごサラダパン 425kcal 11.1g	26 もく ぎゅうどんふうにいんげんソテー コロコロポテト あつあげ フルーツ しろごはん 425kcal 11.3g	27 きん エビカツ やきそば ブロッコリー さといもに がんも フルーツ こんぶごはん 422kcal 11.2g
30 げつ しょうわのひの ふりかえきゅうじつ 				エンゼルフーズ ホームページで 当日のカラーメニューが ご覧いただけます。 詳しくは、 こちらをクリック!! http://www.angel-foods.com

★まれにパンの中に黒点がある場合がありますが、イーストの固まりによるものなので品質には異常ありません。
★20日の魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がって下さい。

13日の野菜コロッケは、厚生労働省の推奨値より、カルシウムを60mg、食物繊維を1.5g、付加しております。
※ カルシウムについて ※
カルシウムは、人体に最も多く存在しているミネラルで、そのうち99%がリンなどと共に骨格を形成しています。残り1%は体内のあらゆる所に一定の濃度で存在し、細胞の内外に起きる濃度差によって情報を伝達するという重要な役割を担っています。不足すると骨から溶け出すので、骨粗鬆症の原因となります。

25日のとんかつは、厚生労働省の推奨値より、かぼちゃ由来の食物繊維を1.25g、鉄分を1.25mg、付加しております。
※ 鉄分について ※
鉄は、たんぱく質と結合して赤血球のヘモグロビンになったり、筋肉中のミオグロビンになったりする成分です。どちらも酵素の運搬に関わっており、機能鉄ともいわれます。体内には、このほかに貯蔵鉄も存在し、機能鉄が、不足すると利用されません。

<平成30年4月> 主に使用する食材の産地について

【お野菜】

材料名	生産地	備考
玉ねぎ	北海道	
人参	徳島県	
じゃが芋	鹿児島県 長崎県	
ミニトマト	愛知県 静岡県 宮崎県	
キャベツ	愛知県 神奈川県	
胡瓜	高知県 宮崎県	
大根	千葉県 神奈川県	
南瓜	ニュージーランド メキシコ	
水煮野菜・乾燥野菜	台湾	リンコン・タノコ・白滝・ゴボウ・ふき
冷凍野菜	タイ エクアドル アメリカ	いんげん・青梗菜・小松菜・カリフラワー・ホト・枝豆・ブロッコリー・コーン・ササイン・アスパラ・里芋・ピーマン・ローストカリフラワー
国産果実	青森県 愛媛県	
輸入果実	カルフォルニア オーストラリア	

※可能な限り中国産以外の原料調達を心がけています。

【お魚】

献立日	献立名	使用食材・産地
4月20日(金)	魚の照焼き	赤魚 アメリカ・ロシア

【お肉・玉子・生乳・その他】

材料名	原産地	備考
牛肉	オーストラリア アメリカ	
豚肉	カナダ	
鶏肉	ブラジル タイ	
乳製品	オーストラリア	
鶏卵・大豆加工品	静岡県・新潟県	厚焼き・玉子ロール・高野豆腐・厚揚げ
畜肉加工品	日本	コロッケ・ハム・ソーセージ・ミートボール・シュアイ・唐揚げ・ハンバーグ・ウインナー・チキカツ
魚介加工品	タイ・日本	薩摩揚げ・昆布・魚肉ソーセージ・シヤロ・おかか・しんじょう海苔・団子・かつ・鮭フレーク・竹輪

【お米・パン】

材料名	生産地	備考
精白米	山形県 岩手県 等 ※発芽米(ファンケル) 北海道	
パン(小麦粉)	北海道 オーストラリア	
中華麺・うどん(小麦粉)	オーストラリア カナダ	
ロング・ショートパスタ	イタリア 等	
ビーフン	台湾	