

6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

 <p>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</p>		<p>1 きん タンドリーチキン ビーフソテー ココロきゅうり はながたごもくしんじょう じゃがいもに フルーツ じゃごごはん 418kcal 11.3g</p>		
<p>4 げつ さかなのおしおやき きんぴらごぼう もろこしつまみあげ にくだんご えだまめ フルーツ ひじきごはん 420kcal 11.4g</p>	<p>5 か マーボーとうふ このはがたごもくしんじょう スイートポテト やきとり フルーツ しろごはん 421kcal 11.0g</p>	<p>6 すい とりにくのからあげ アスパラとコーンのソテー こふきいも たこウインナー カリフラワー フルーツ ツナマヨパン 422kcal 11.4g</p>	<p>7 もく なつやさいカレー きんちやくに いんげんソテー いかのてりやき フルーツ 発芽米入りご飯 425kcal 11.3g</p>	<p>8 きん メンチカツ やしそば さといもに ウインナー ミニトマト フルーツ おかかごはん 419kcal 11.1g</p>
<p>11 げつ ぎゅうどんふうに あおなソテー がんと ハムステーキ ミニゼリー しろごはん 422kcal 11.4g</p>	<p>12 か とりにくのからあげ カレースパ ブロッコリー やきもろこし チーズ フルーツ ポテトサラダパン 421kcal 11.5g</p>	<p>13 すい あげさかなのやさいあんかけ いんげんグラッセ フランクフルト たけのこに フルーツ こんぶごはん 420kcal 11.3g</p>	<p>14 もく カレーコロッケ やきうどん ココロきゅうり のりまきたまごロール れんこんに フルーツ おかかごはん 422kcal 11.5g</p>	<p>15 きん ハンバーグ アスパラとコーンのソテー あげじゃが カリフラワー にんじんグラッセ フルーツ ごましおごはん 419kcal 11.5g</p>
<p>18 げつ エビカツ ナポリタン ロマネスコカリフラワー さつまいもあまに ウインナー フルーツ・デザートゼリー ピザパン 417kcal 11.2g</p>	<p>19 か ポークカレー いんげんとコーンのソテー がんと カニしぐれ フルーツ 発芽米入りご飯 416kcal 11.2g</p>	<p>20 すい コーンコロッケ やしそば あかカブさつま ふき煮 かぼちゃに フルーツ おかかごはん 420kcal 11.3g</p>	<p>21 もく とりにくのてりやき やさしいため このはがたごもくしんじょう あつやきたまご ミニトマト フルーツ さけごはん 417kcal 11.2g</p>	<p>22 きん ぶたにくのからあげ わふうスパ きりこんぶに アンパンマンポテト フルーツ じゃごごはん 425kcal 11.0g</p>
<p>25 げつ ビーフハヤシ えだまめ フランクフルト はながたしんじょう フルーツ しろごはん 421kcal 11.1g</p>	<p>26 か チキンカツ やしそば だいこんグラッセ ミニトマト あつあげ フルーツ こんぶごはん 422kcal 11.2g</p>	<p>27 すい ハンバーグ ナポリタン ひじきのにも あつやきたまご ミニゼリー じゃごごはん 419kcal 10.9g</p>	<p>28 もく やさしいコロッケ わふうツナスパ さつまあげ ブロッコリー ウインナー フルーツ・乳酸菌飲料 たまごサラダパン 420kcal 11.0g</p>	<p>29 きん さかなのてりやき れんこんきんぴら にくだんご スイートポテト えだまめ フルーツ ひじきごはん 424kcal 11.2g</p>

★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。
★4・13・29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ください。

26日のチキンカツは、厚生労働省の推奨値より、ひじき由来の食物繊維を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す。

28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。

※ 食物繊維について ※

食物繊維は、人の消化酵素では消化出来ない栄養素です。そして、腸の有害物質を排泄させたり、おなかの調子を整える、脂肪や糖質の吸収をゆっくりにするなど、重要な働きを持つ栄養素です。野菜にも多く含まれます。毎日欠かさずに食べましょう。

<平成30年6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	佐賀県 兵庫県	
人参	千葉県	
じゃが芋	長崎県 鹿児島県	
ミニトマト	愛知県 静岡県 千葉県	
キャベツ	愛知県 神奈川県 千葉県	
胡瓜	宮城県 千葉県	
大根	青森県 千葉県	
南瓜	ニュージーランド メキシコ	
水煮野菜・乾燥野菜	台湾	リンゴ・バナナ・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・ホトトギス・枝豆・アロカシー・コーン・ササマイモ・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
6月4日(月)	魚の塩焼き	赤魚 アメリカ・ノルウェー
6月13日(水)	揚げ魚 野菜あんかけ	スケソウダラ アメリカ・ロシア
6月29日(金)	魚の照焼き	赤魚 アメリカ・ノルウェー

【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・ミニトマト・ル・シェウマイ・唐揚げ・ハンバーグ・ウインナー・チキンカツ
魚介加工品	タイ・日本	薩摩揚げ・昆布・魚肉ソーセージ・ジャコ・おかか・しんじょう海苔・団子・ナト・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(ファンゲル) 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	