

2023年

7

JULY

Angel Foods
エンゼルフーズグループ



目玉メニュー



7月19日 ジャーチャー麺
中国北部が発祥の料理です。細かく刻んだ野菜が肉みその中に入っています。味付けは食べやすい様に辛みを抑えて少し甘めになっています。中華麺と肉みそを良く混ぜて召し上がって下さい。

7月21日(金) オレンジチキン
人気の唐揚げにオレンジソースを絡めたアメリカ風中華料理です。オレンジのさわやかな風味が暑さで落ちやすい食欲を刺激してくれます。

がっのおべんとうメニュー

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
<p>3</p> <p>ハンバーグ フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 401 kcal *タンパク質 10.7 g *脂質 10.7 g *塩分 1.6 g</p>	<p>4</p> <p>タコスミート フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 427 kcal *タンパク質 14.6 g *脂質 12.5 g *塩分 1.7 g</p>	<p>5</p> <p>エンゼルカレー フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 439 kcal *タンパク質 12.0 g *脂質 12.8 g *塩分 1.5 g</p>	<p>6</p> <p>とりにくのコンソメやき フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 412 kcal *タンパク質 14.0 g *脂質 10.3 g *塩分 1.4 g</p>	<p>7</p> <p>金平糖 ほしのクロquette フルーツ そぼろごはん</p> <p>*エネルギー 432 kcal *タンパク質 10.7 g *脂質 10.8 g *塩分 1.6 g</p>
<p>10</p> <p>とりにくのてりやき フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 407 kcal *タンパク質 13.0 g *脂質 11.5 g *塩分 1.5 g</p>	<p>11</p> <p>チキンピカタ フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 429 kcal *タンパク質 14.3 g *脂質 17.8 g *塩分 1.5 g</p>	<p>12</p> <p>やきにく フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 431 kcal *タンパク質 11.5 g *脂質 12.8 g *塩分 1.6 g</p>	<p>13</p> <p>とりにくのからあげ フルーツ おにぎり</p> <p>*エネルギー 413 kcal *タンパク質 11.5 g *脂質 11.6 g *塩分 1.4 g</p>	<p>14</p> <p>にくじゃが フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 420 kcal *タンパク質 11.6 g *脂質 10.9 g *塩分 1.6 g</p>
<p>17</p> <p>うみのひ</p>	<p>18</p> <p>さかなのたつたあげ フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 405 kcal *タンパク質 12.9 g *脂質 10.1 g *塩分 1.1 g</p>	<p>19</p> <p>目玉メニュー イカフライ フルーツ ジャーチャー麺</p> <p>*エネルギー 375 kcal *タンパク質 11.0 g *脂質 16.0 g *塩分 1.7 g</p>	<p>20</p> <p>ドライカレー フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 435 kcal *タンパク質 13.5 g *脂質 14.0 g *塩分 1.4 g</p>	<p>21</p> <p>目玉メニュー オレンジチキン フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 426 kcal *タンパク質 13.5 g *脂質 10.1 g *塩分 1.5 g</p>
<p>24</p> <p>はるまき フルーツ ふりかけごはん</p> <p>*エネルギー 402 kcal *タンパク質 8.9 g *脂質 10.1 g *塩分 1.5 g</p>	<p>25</p> <p>なつやさいとぶたにくの ケチャップソテー フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 425 kcal *タンパク質 13.7 g *脂質 11.9 g *塩分 1.4 g</p>	<p>26</p> <p>メンチカツ フルーツ おにぎり</p> <p>*エネルギー 413 kcal *タンパク質 10.1 g *脂質 11.8 g *塩分 1.5 g</p>	<p>27</p> <p>ケチャップハンバーグ フルーツ しろごはん</p> <p>*エネルギー 414 kcal *タンパク質 9.7 g *脂質 10.9 g *塩分 1.1 g</p>	<p>28</p> <p>ミートマカロニ フルーツ ミルクパン/クロquette</p> <p>*エネルギー 377 kcal *タンパク質 10.3 g *脂質 15.8 g *塩分 1.7 g</p>
<p>31</p> <p>エンゼルカレー フルーツポンチ しろごはん</p> <p>*エネルギー 400 kcal *タンパク質 7.9 g *脂質 10.0 g *塩分 1.6 g</p>	<div data-bbox="488 1321 891 1536" data-label="Complex-Block"> <p>FOOD ACTION NIPPON</p> <p>みんなで食料自給率アップ! エンゼルフーズは、FOOD ACTION NIPPON推進パートナーです。</p> </div> <div data-bbox="936 1321 1765 1536" data-label="Text"> <p>ひとくちメモ 夏バテを防ぐには 夏バテは睡眠不足・疲労・食欲不振・過剰発汗・水分不足・冷房の効きすぎなど、多くの原因で起こります。このような原因を避けるように心がけることは大切ですが、基本的な対策は食事を含めた規則正しい生活を送ること、適度な休息をとることです。朝ご飯を食べると身体も目覚めるので、しっかり食べて登園しましょう。</p> </div>			

