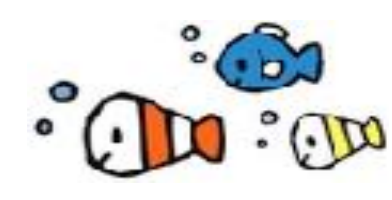




# 7月献立表



令和6年

認定こども園あつみ幼稚園

日	曜	献立名		体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	その他
		昼食	おやつ				
1	月	ご飯 味噌汁 赤魚のごま風味焼き マカロニの人参ドレッシングサラダ オレンジ 麦茶	ホットケーキ 牛乳	油揚げ 味噌 赤魚 鶏卵 牛乳	米 ごま マカロニ 薄力粉 砂糖 無塩バター 油	干しいたけ 切干大根 チンゲン菜 昆布 きゅうり 人参 オレンジ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 人参ドレッシング 麦茶 ベーキングパウダー
2	火	ご飯 すまし汁 豚肉と野菜炒め キャベツの味噌和え パイナップル 麦茶	レーズン蒸しパン 牛乳	豚肉 味噌 牛乳	米 小切麩 油 ごま 砂糖 薄力粉	干しいたけ 小松菜 長ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり パイナップル レーズン	水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 麦茶 ベーキングパウダー
3	水	わかめご飯 味噌汁 具だくさん玉子焼き 野菜炒め バナナ 麦茶	ゼリー (グレープフルーツ 味) ウエハース 牛乳	木綿豆腐 味噌 鶏卵 豚肉 牛乳	米 油 砂糖 グレープフルーツゼリーの素 ウエハース	わかめご飯の素 干しいたけ なめこ 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 もやし チンゲン菜 バナナ	水 こいくちしょうゆ 塩 チキンスープの素 麦茶
4	木	【小暑】いなりご飯 そうめん汁 大根の味噌マヨ和え スイカ 麦茶	お星様クッキー 牛乳	油揚げ かつお節 味噌 鶏卵 牛乳	米 砂糖 ごま そうめん ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 無塩バター	干しいたけ 人参 オクラ 昆布 大根 ほうれん草 コーン すいか	水 穀物酢 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
5	金	ご飯 夏野菜カレー 白菜のかりかりしらす和え グレープフルーツ 麦茶	青菜おにぎり 麦茶	豚肉 しらす	米 じゃが芋 油 ごま油	玉ねぎ 人参 なす トマト 白菜 きゅうり グレープフルーツ 小松菜	水 カレールウ 万能つゆ 麦茶 こいくちしょうゆ
6	土	チキンピラフ コンソメスープ もやしとハムのサラダ オレンジ 麦茶	ジャムサンド 牛乳	鶏肉 ロースハム 牛乳	米 無塩バター 油 砂糖 食パン いちごジャム	玉ねぎ 人参 パセリ しめじ 小松菜 もやし きゅうり オレンジ	水 塩 チキンスープの素 穀物酢 麦茶
8	月	玄米入りご飯 味噌汁 鶏肉のコーンマヨネーズ焼き なめたけ和え チーズ 麦茶	マカロニソテー 牛乳	油揚げ 味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 玄米 ノンエッグマヨネーズ マカロニ 油	干しいたけ 大根 長ねぎ 昆布 コーン キャベツ 人参 ほうれん草 なめ茸 玉ねぎ パセリ	水 塩 こいくちしょうゆ 麦茶 チキンスープの素
9	火	マーボー茄子丼 中華スープ 切干大根のサラダ パイナップル 麦茶	ミルクくずもち マリービスケット 麦茶	豚肉 味噌 牛乳 きな粉	米 ごま油 砂糖 片栗粉 油 ごま ビスケット	なす 長ねぎ ピーマン しょうが にんにく 白菜 干しいたけ なら 切干大根 きゅうり トマト パイナップル	水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 万能つゆ 麦茶
10	水	ご飯 味噌汁 さばの煮付け チンゲン菜の和風マヨ和え グレープフルーツ 麦茶	ポップコーン 牛乳	高野豆腐 味噌 さば 牛乳	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ ポップコーン 無塩バター	干しいたけ 玉ねぎ わかめ 昆布 しょうが チンゲン菜 もやし 人参 グレープフルーツ	水 万能つゆ 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶 塩
11	木	ご飯 レタスとベーコンのスープ 豚肉と野菜のケチャップ炒め フレンチサラダ オレンジ 麦茶	梅おかかおにぎり 小魚 麦茶	ベーコン 豚肉 かつお節 煮干し	米 油 砂糖	人参 レタス 玉ねぎ ピーマン プロックリー 大根 コーン オレンジ ねりうめ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶 こいくちしょうゆ
12	金	ゆかりご飯 味噌汁 ひき肉とほうれん草の玉子焼き ひじきの煮物 パイナップル 麦茶	青のりポテト 牛乳	木綿豆腐 味噌 鶏卵 鶏肉 油揚げ 牛乳	米 油 砂糖 じゃが芋	ゆかり 干しいたけ えのき茸 チンゲン菜 昆布 玉ねぎ ほうれん草 ひじき しらすき 人参 グリーンピース パイナップル 青のり	水 塩 こいくちしょうゆ 万能つゆ 麦茶
13	土	タコライス コンソメスープ 大根サラダ バナナ 麦茶	マシュマロサンドクラッカー 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 油 砂糖 クラッカー マシュマロ	にんにく キャベツ トマト 玉ねぎ 人参 コーン 大根 小松菜 バナナ	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩
		【夕食】ご飯 ポークカレー 人参ドレッシングサラダ カップヨーグルト 麦茶		豚肉 ヨーグルト	米 じゃが芋 油	玉ねぎ 人参 白菜 きゅうり コーン	水 カレールウ 人参ドレッシング 麦茶
16	火	麦ご飯 味噌汁 コロケ キャベツとツナのサラダ パイナップル 麦茶	ミルクゼリーアップルソース ウエハース 麦茶	味噌 かつおフレーク 牛乳	米 押し麦 小切麩 コロケ 油 片栗粉 砂糖 ウエハース	干しいたけ 白菜 長ねぎ 昆布 キャベツ 人参 パイナップル アガー りんごソース	水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 万能つゆ 麦茶
17	水	ご飯 味噌汁 あじの香り焼き 納豆和え バナナ 麦茶	カップケーキ 牛乳	油揚げ 味噌 あじ 納豆 鶏卵 牛乳	米 ごま油 無塩バター 砂糖 薄力粉	干しいたけ 南瓜 水菜 昆布 しょうが にんにく 白菜 人参 ほうれん草 バナナ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 麦茶 ベーキングパウダー
18	木	冷やし中華 ジャーマンポテト グレープフルーツ 麦茶	ふりかけおにぎり 麦茶	鶏卵 鶏肉 ウィンナー ふりかけかつお	中華麺 油 ごま ごま油 砂糖 じゃが芋 米	きゅうり トマト 玉ねぎ パセリ グレープフルーツ	水 穀物酢 こいくちしょうゆ チキンスープの素 塩 麦茶
19	金	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜の炒め物 かぼちゃの煮物 パイナップル 麦茶	スイートポテト 牛乳	味噌 鶏肉 牛乳 スキムミルク	米 小切麩 油 砂糖 さつま芋 無塩バター	干しいたけ なす 長ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 ピーマン 南瓜 パイナップル	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 麦茶 パイナップル
20	土	焼肉炒め丼 コンソメスープ 白菜のサラダ チーズ 麦茶	バナナヨーグルト 麦茶	豚肉 チーズ ヨーグルト スキムミルク	米 油 砂糖 じゃが芋	玉ねぎ 人参 しょうが にんにく 小松菜 白菜 コーン バナナ	水 こいくちしょうゆ みりん チキンスープの素 塩 穀物酢 麦茶
22	月	ご飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き トマトサラダ スイカ 麦茶	チーズ蒸しパン 牛乳	味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 小切麩 マーマレード ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 油	干しいたけ 大根 なら 昆布 キャベツ コーン トマト すいか	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶 ベーキングパウダー
23	火	【大暑】オクラ梅ご飯 味噌汁 天ぷら (えび・かぼちゃ) 大根のおかか和え チーズ 麦茶	ぶどうゼリー 牛乳	しらす 高野豆腐 味噌 えび かつお節 チーズ 牛乳	米 薄力粉 片栗粉 油 砂糖	オクラ きゅうり ねりうめ 焼きのり 干しいたけ 白菜 万能ねぎ 昆布 南瓜 大根 チンゲン菜 人参 ぶどうジュース アガー	水 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
24	水	雑穀ご飯 ポークカレー トマトドレッシングサラダ パイナップル 麦茶	ゆでとうもろこし せんべい 牛乳	豚肉 牛乳	米 もちきび 黒米 じゃが芋 油 せんべい	玉ねぎ 人参 白菜 きゅうり パイナップル とうもろこし	水 カレールウ トマトドレッシング 麦茶
25	木	野菜パン スズキニのスープ 鶏肉のピザ風味焼き キャベツとコーンのソテー グレープフルーツ 麦茶	ごま塩おにぎり 小魚 麦茶	鶏肉 チーズ 煮干し	野菜パン 油 米 ごま	ズッキーニ 人参 しめじ 玉ねぎ ピーマン キャベツ コーン グレープフルーツ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 麦茶
26	金	ご飯 味噌汁 豆腐の五目煮 白菜の塩昆布和え オレンジ 麦茶	きな粉ラスク 牛乳	味噌 木綿豆腐 鶏肉 きな粉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 食パン 無塩バター	干しいたけ 南瓜 えのき茸 チンゲン菜 昆布 大根 人参 白菜 きゅうり 塩昆布 オレンジ	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
27	土	ピビンバ丼 干しえび入り中華スープ ビーフンと野菜の和え物 ゼリー (グレープフルーツ味) 麦茶	ジャムサンドクラッカー 牛乳	豚肉 干しえび 牛乳	米 砂糖 油 ごま油 ごま ビーフン グレープフルーツゼリーの素 いちごジャム クラッカー	しょうが ほうれん草 もやし 人参 大根 わかめ キャベツ パプリカ	水 こいくちしょうゆ 塩 チキンスープの素 穀物酢 麦茶
29	月	ご飯 味噌汁 かれの和風パン粉焼き 小松菜の煮浸し ジョア 麦茶	キャロットパンケーキ 牛乳	味噌 かれい 油揚げ ジョア 牛乳	米 小切麩 薄力粉 パン粉 油 砂糖	干しいたけ キャベツ 昆布 にんにく しょうが 青のり 小松菜 白菜 人参	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
30	火	茄子とチキンの和風スパゲティ コンソメスープ チンゲン菜サラダ チーズ 麦茶	コーンバターライス 小魚 麦茶	鶏肉 チーズ 煮干し	スパゲティ 油 砂糖 米 無塩バター	なす 玉ねぎ 焼きのり 南瓜 えのき茸 チンゲン菜 もやし 人参 コーン パセリ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 水 チキンスープの素 塩 穀物酢 麦茶
31	水	サラダ風ちらし寿司 味噌汁 ズッキーニとひき肉の玉子焼き オレンジ 麦茶	カルピスヨーグルトかん ウエハース 麦茶	かつおフレーク 味噌 鶏卵 鶏肉 ヨーグルト	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ さつま芋 油 カルピス ウエハース	キャベツ きゅうり 人参 焼きのり 干しいたけ 切干大根 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ ズッキーニ オレンジ 寒天 パイン缶	水 穀物酢 塩 こいくちしょうゆ トマトケチャップ 麦茶

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。