

2021年度 7月

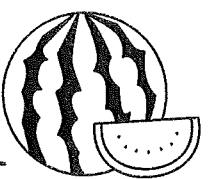
給食予定献立表

旭ヶ丘保育園

(日)	(曜)	乳児 10時の おやつ	献立名	材 料 名			3時の おやつ
				肉・血・骨にならざるもの	熱・体温にならざるもの	体の調子を整えるもの	
1	木	牛乳	鶏肉の生姜焼・清汁・ごま・あえ・ぶどう豆・バナナ	鶏肉 大豆 みそ 昆布	ごま さとう	玉ねぎ・ゆめしほ 根生等・ほうれん草	ゼリー
2	金	ジュース	カレー・スープ・コールスロー・サラダ・おいか	豚肉 ツナ わかめ	油 じゃがいも	人参・玉ねぎ・ピーマン キャベツ・パプリカ・きゅうり	牛乳 お菓子
3	土		麦茶・おやつ				
5	月	牛乳	かみなり豆腐・みそ汁・さつま芋・甘藷・バナナ	木綿豆腐 豚挽肉 みそ 昆布 油あげ	ごま さとう さつま芋 片栗粉	小松菜・大根・人参 ピーマン・玉ねぎ・ほうれん草	鮮おにぎり
6	火	麦茶	赤魚・みそ汁・五目金平・揚げ・ホレジ	赤魚 みそ あさり	油 コマ油 さとう ごま	大根・ごぼう・人参 舞茸・ほうれん草・ピーマン	牛乳 パン・toast
7	水	ジュース	豚肉の生姜焼・清汁・人参・あじ・大豆煮・おいか	豚肉 大豆 みそ 芽ひき	しらたき・ごま さとう	人参・オクラ・ゆめしほ きゅうり・豆腐・干椎茸	牛乳 ピカロネス
8	木	野菜ジュース	厚揚げ甘酢炒め・みそ汁・春雨・サラダ・メロン	豚挽肉 厚揚げ みそ 芽ひき	春雨・じゃがいも さとう 油	玉ねぎ・ピーマン・パプリカ キャベツ・人参・きゅうり	じゃがいも もち
9	金	牛乳	トマトソース・スープ・カリフラワー・カレー炒め・サラダ・フルーツ	卵 豆乳 クラス ちりめんじゃこ わかめ	ごま 油 じゃがいも	トマト 玉ねぎ いんげん カリフラワー・パプリカ・人参	牛乳 米粉スコーン
10	土		麦茶・おやつ				
12	月	麦茶	ピーマン・細切り炒め・みそ汁・かぼちゃ・甘藷・バナナ	豚肉 厚揚げ みそ	油 さとう 片栗粉	ピーマン・パプリカ・じゃがいも かぼちゃ・玉ねぎ・小松菜	とろろこんにゃく
13	火	牛乳	高野豆腐と挽肉の煮物・みそ汁・小松菜・ゆめしほ・ぶどう	高野豆腐 鶏挽肉 みそ 芽ひき	さとう 里芋	人参・小松菜・長葱 大根・ごぼう・豆腐	ゼリー
14	水	麦茶	あじフライ・みそ汁・切干大根の酢の物・トマト・バナナ	あじ みそ	さつま芋 ごま 油 片栗粉	切干大根 人参・ゆめしほ 人参・トマト・ゆめしほ	ヨーグルト お菓子
15	木	野菜ジュース	ライス・鶏肉・トマト煮・スープ・ジャーマン・ポテト・ブロッコリー・オムレツ	鶏肉 ベーコン	じゃがいも 油	玉ねぎ・パプリカ ブロッコリー・キャベツ・人参	牛乳 トースト
16	金	飲むヨーグルト	お弁当日				牛乳 おいか
17	土		麦茶・おやつ				
19	月	牛乳	鮭のりフライ風・みそ汁・ラタトゥイユ・バナナ	鮭 青のり みそ 木綿豆腐	油 オリーブ油 米パン粉	玉ねぎ・かぼちゃ・ほうれん草 ピーマン・ズッキーニ・大根	牛乳 じゃがいも
20	火	牛乳	厚焼き卵・みそ汁・小松菜・ゆめしほ・甘藷・バナナ	卵 油あげ ちりめんじゃこ みそ	油 さとう ごま しらたき じゃがいも	小松菜・人参・ゆめしほ 玉ねぎ・ほうれん草	焼ビーフン
21	水	ジュース	夏カレー・スープ・リーゼンツ・おいか	豚挽肉 リーゼンツ	油 じゃがいも	玉ねぎ・いんげん・ほうれん草 オクラ・キャベツ・人参	フルーツ ヨーグルト
24	土		麦茶・おやつ				
26	月	麦茶	夏麻婆・スープ・かぼちゃ・サラダ・バナナ	豚挽肉 木綿豆腐 みそ わかめ	ごま油 さとう 片栗粉	かぼちゃ・トマト・ピーマン ほうれん草・玉ねぎ・根生等	枝豆の煮汁
27	火	牛乳	中華オムレツ・みそ汁・バナナ炒め・ホレジ	卵 豚レバー みそ (おたけ貝柱炒め)	さとう 油 片栗粉	たけのこ・長葱・キャベツ ニラ・もやし・グリーンピース	牛乳 バナナマロン
28	水	牛乳	めかじき・みそマヨ焼・清汁・人参・ゆめしほ・あえ・バナナ	めかじき 鶏挽肉 みそ わかめ	さとう ごま 油	人参・ほうれん草・玉ねぎ 切干大根・ゆめしほ	ゆめしほ
29	木	ジュース	鶏肉とじゃがいも・みそ汁・きゅうりとゆめしほ・中華あえ・ヨーグルト	鶏肉 みそ ちりめんじゃこ わかめ	じゃがいも ごま油 さとう 油	玉ねぎ・パプリカ きゅうり・ピーマン・根生等	牛乳 パン・toast
30	金	野菜ジュース	豚肉・パイナップル焼・清汁・酢みそあえ・おいか	豚肉 みそ わかめ	さとう 油 里芋	トマト・きゅうり・大根 人参・ごぼう	牛乳 お菓子
31	土		麦茶・おやつ				

未満児月平均	加11- 462kcal	F&V摂取 16.6g	脂質 13.4g	以上児月平均	加11- 432kcal	F&V摂取 18.9g	脂質 16.4g
--------	-----------------	----------------	-------------	--------	-----------------	----------------	-------------

● 印の日  
15日(木) は、完全給食です  
○ 印の日  
16日(金) は、お弁当日です



※メニューやフルーツは仕入れにより変更になる場合があります  
子ども達の食がすむようにふりかけや昆布がつく時もあります。  
果物と3時のヨーグルトは、入れ替わりの時があります。