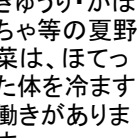
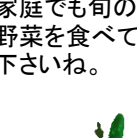


2024年度 7月 給食献立予定表

認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	ワンポイント		
			赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの				
1月	○	麦ご飯 果物 鶏ごぼつくね トマト もやしの磯和え みそ汁	鶏ひき肉 かつお節 のり わかめ 油揚げ みそ	果物 玉ねぎ 人参 ごぼう トマト もやし 人参 えのき 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 片栗粉 砂糖	麦茶 ココア蒸しパン			
2火	○	麦ご飯 果物 さばの塩焼き 茹でキャベツ ひじき煮 みそ汁	さば ひじき 油揚げ 豆腐 みそ	果物 キャベツ 人参 いんげん なす 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 ウインナーロールパン			
3水	○	ラーメン 煮豆 わかめのレモン和え 果物	なると 豚もも肉 金時豆 わかめ 帆立水煮	キャベツ もやし 人参 筍 ねぎ きゅうり 人参 キャベツ レモン	中華生麺 ごま油 片栗粉 砂糖 砂糖	麦茶 プリン			
4木	○	黒米ご飯 果物 星のコロッケ トマト ツナサラダ そうめん汁	豚ひき肉 ツナ 鶏もも肉 なると	果物 トマト キャベツ 人参 きゅうり 人参 椎茸 おくら	黒米 米 じゃがいも 小麦粉 パン粉 油 砂糖 油 そうめん 砂糖	麦茶 たこ焼き			
5金	○	わかめご飯 から揚げ ポテト とうもろこし ブロッコリー 豆腐スープ 幼児ガリガリ君・乳児ミニゼリー	鶏もも肉 わかめ 豆腐	とうもろこし ブロッコリー 玉ねぎ 人参 しめじ	米 押麦 片栗粉 油 じゃがいも 油	麦茶 ふわっとふー	4日・5日は 夏祭です。 5日の献立 はお祭りメ ニューにしま した。 幼児の給食 はお弁当形式 でごはんも 握ってパック に入れて提供 します。 		
6土	○	チキンライス ウインナー トマト 果物 野菜スープ	鶏もも肉 ウインナー	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ トマト 果物 チンゲン菜 筍 玉ねぎ 人参	油 米 押麦	麦茶 クッキー			
8月	○	麦ご飯 果物 魚のオーロラソース焼き 茹でキャベツ 大豆の磯煮 みそ汁	カラスカレイ 大豆水煮 油揚げ ひじき 高野豆腐 みそ	果物 キャベツ 人参 いんげん もやし 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 マヨネーズ 砂糖 油 砂糖	麦茶 みたらしマカロニ			
9火	○	食パン 果物 タンドリーチキン トマト コーンサラダ かぼちゃ豆乳スープ	鶏もも肉 ヨーグルト 豆乳	果物 トマト キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし 玉ねぎ かぼちゃ	食パン 油 砂糖	麦茶 ハバロア			
10水	○	麦ご飯 果物 さんまのかば焼き 茹でキャベツ もやしのナムル みそ汁	さんま みそ	果物 キャベツ もやし 人参 チンゲン菜 なす 玉ねぎ	米 押麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま	麦茶 リンゴマフィン	7月7日は 七夕です 給食では4日 に星型のコ ロッケと星型 の人参なると オクラをそう めん汁に入れ て提供しま す。 		
11木	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き トマト ツナサラダ みそ汁	鶏もも肉 ツナ 豆腐 わかめ みそ	果物 りんご レモン トマト きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 ペンネナポリタン			
12金	○	麦ご飯 果物 チンジャオロース 中華春雨サラダ 野菜スープ	豚もも肉 帆立水煮	果物 ピーマン 人参 筍 きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ もやし 椎茸	米 押麦 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 アイス ウエハース			
13土	○	ハヤシライス 焼きポテト 小魚 果物 コンソメスープ	豚もも肉 いわし	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん 果物 玉ねぎ 人参 チンゲン菜	米 押麦 ハヤシルウ じゃがいも 油 ごま 砂糖	麦茶 せんべい			
16火	○	なすミートスパゲティー フレンチサラダ 果物 若竹汁	豚ひき肉 ロースハム わかめ	なす 玉ねぎ 人参 しめじ トマト キャベツ きゅうり 人参 果物 筍 人参	スパゲティー 油 砂糖 油 砂糖	麦茶 コロッケ			
17水	○	麦ご飯 果物 さばのみそ煮 きんぴらごぼう とうがんのスープ	さば みそ ベーコン	果物 人参 ごぼう いんげん とうがん 椎茸	米 押麦 砂糖 ごま ごま油 砂糖	麦茶 サンドパン			
18木	○	ロールパン 果物 ハンバーグ 人参グラッセ とうもろこし 野菜スープ	豚ひき肉 豆腐	果物 玉ねぎ 人参 とうもろこし 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 えのき	ロールパン パン粉 砂糖 バター じゃがいも	麦茶 鮭おにぎり かみかみ昆布			
19金	○	麦ご飯 果物 アジフライ トマト マカロニサラダ みそ汁	あじ ツナ 豆腐 油揚げ みそ	果物 トマト 人参 きゅうり 玉ねぎ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 マカロニ マヨネーズ	麦茶 セザミクッキー			
20土	○	中華丼 チーズ 果物 野菜スープ	鶏もも肉 なると チーズ	キャベツ 玉ねぎ 人参 筍 椎茸 ビーマン 果物 玉ねぎ 人参 しめじ	砂糖 ごま油 片栗粉 米 押麦 じゃがいも	麦茶 せんべい	夏が旬の野 菜 トマト・なす・ きゅうり・かぼ ちゃ等の夏野 菜は、ほてっ た体を冷ます 働きがありま す。 園の献立にも 多く取り入れ ています。ご 家庭でも旬の 野菜を食べて 下さいね。 		
22月	○	そうめん とり天 キャベツときゅうりの梅昆布和え 果物	なると 鶏もも肉 塩昆布	人参 ねぎ おくら 椎茸 キャベツ きゅうり 梅干し 果物	そうめん 砂糖 小麦粉 油	麦茶 半月ピザ			
23火	○	夏野菜カレー 小魚 グリーンポテト キラキラゼリー	豚もも肉 いわし 青のり	なす ビーマン おくら 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 果物	米 押麦 カレールウ ごま 砂糖 じゃがいも	麦茶 シリアルバー			
24水	○	麦ご飯 果物 さばの香味焼き トマト 切干大根煮 みそ汁	さば 油揚げ みそ	果物 ねぎ トマト 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 とうもろこし			
25木	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き 茹でキャベツ シルバーサラダ みそ汁	鶏もも肉 ロースハム 豆腐 わかめ みそ	果物 キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ	米 押麦 マーマレード 砂糖 春雨 マヨネーズ 砂糖	麦茶 焼ポテト (カレー)			
26金	○	麦ご飯 果物 鮭のみそ焼き トマト 干草和え すまし汁	生鮭 みそ 油揚げ	果物 トマト 青菜 人参 キャベツ しらたき 玉ねぎ えのき ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま油 砂糖	麦茶 焼きビーフン			
27土	○	マーボー豆腐丼 チーズ 果物 野菜スープ	豚ひき肉 豆腐 みそ チーズ	玉ねぎ 人参 ねぎ 椎茸 果物 もやし 人参 ねぎ	米 押麦 ごま油 砂糖 片栗粉 砂糖	麦茶 クッキー			
29月	○	焼きそば ウインナー ブロッコリー ヨーグルト なすのスープ	豚もも肉 ウインナー ヨーグルト	もやし キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン ブロッコリー	中華蒸麺 ごま油 片栗粉	麦茶 しらすおにぎり			
30火	○	麦ご飯 果物 クリスピーチキン トマト ツナ海藻サラダ コンソメスープ	鶏もも肉 ツナ わかめ	果物 トマト 人参 キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 筍 しめじ	米 押麦 コーンフレーク ごま油 砂糖 じゃがいも	麦茶 マカロニきな粉			
31水	○	麦ご飯 果物 魚のコーンマヨネーズ焼き ブロッコリー チーズサラダ みそ汁	カラスカレイ チーズ 豆腐 油揚げ みそ	果物 とうもろこし ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり 玉ねぎ 椎茸	米 押麦 マヨネーズ 油 砂糖	麦茶 かりんとうトースト			
※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています					1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
※ 栄養価は、お昼とおやつのかい。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。					乳児	497kcal	21.6g	17.2g	1.7g
※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。					幼児	558kcal	23.5g	17.4g	2.0g