

令和3年 7月 献立予定表

令和3年6月25日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	おやつ	エネルギー
1	木	お弁当デー	豚ひき肉 牛乳	ミックス粉	干椎茸 たけのこ 玉ねぎ	肉まん風 蒸しパン	138
2	金	おにぎり 味噌汁 みかん缶 防災食の日	みそ 牛乳	白米 じゃがいも 薄力粉 バター 砂糖	玉ねぎ 人参 みかん缶	ココアマドレーヌ	364
3	土	スパゲティナポリタン 野菜とチーズのサラダ	ウインナー ダイステーズ	スパゲティ麺 油 砂糖	人参 玉ねぎ ピーマン ケチャップ キャベツ きゅうり	お菓子	449
5	月	麦ごはん チキンカツ 野菜のじゃこ和え かきたま汁	鶏ささみ ちりめんじゃこ 卵 ヨーグルト 牛乳 わかめ	白米 押麦 パン粉 薄力粉 砂糖 油 バター	キャベツ ほうれん草 人参 ケチャップ 玉ねぎ ブルーベリージャム	ヨーグルトブルー ベリーケーキ	528
6	火	ごはん ポークビーンズ 野菜のフレンチ和え 牛乳	豚肉 水煮大豆 牛乳 ツナ缶	白米 じゃがいも 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 グリーンピース トマト缶 トマトピューレ キャベツ きゅうり ケチャップ パセリ	ツナマヨおにぎり	623
7	水	お楽しみメニュー 七夕会	ヨーグルト スキムミルク	コーンフレーク	みかん缶 パイン缶 パナナ	フルーツ ヨーグルト	160
8	木	雑穀ごはん 魚のオーロラソース 青菜とコーンのごま和え 春雨スープ	魚 かつお節 クリームチーズ	白米 雑穀 砂糖 春雨 ごま マヨネーズ ごま油 コーン	キャベツ ほうれん草 人参 ケチャップ 白菜 小ねぎ 干椎茸 玉ねぎ パセリ	おかかチーズ おにぎり	478
9	金	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 カレービーフン 牛乳	鶏レバー かまぼこ スキムミルク 牛乳 きなこ	白米 砂糖 油 ビーフン 薄力粉 バター	玉ねぎ 人参 キャベツ ピーマン しょうが	きなこクッキー	544
10	土	鶏そぼろ丼 味噌汁	鶏挽肉 絞豆腐 みそ 油揚げ わかめ	白米	人参 玉ねぎ 小ねぎ	お菓子	441
12	月	麦ごはん 豚肉の味噌炒め 牛乳 ブロッコリーのごまドレッシング和え	豚肉 とろけるチーズ スキムミルク みそ 牛乳	白米 押麦 ごま 砂糖 油 ミックス粉	もやし 玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ きゅうり ケチャップ にんにく	ピザ蒸しパン	566
13	火	パン 照り焼きチキン コンソメスープ ごぼうのごまマヨサラダ	鶏肉 ツナ缶 かつお節 わかめ	パン マヨネーズ コーン ごま 砂糖 油 白米 バター	ごぼう 人参 きゅうり 玉ねぎ にんにく レタス パセリ	わかめおにぎり	582
14	水	ごはん スペニッシュオムレツ 野菜の甘酢和え 牛乳	卵 ベーコン おから 牛乳 とろけるチーズ	白米 じゃが芋 砂糖 バター ミックス粉 チョコチップ	キャベツ きゅうり 人参 ほうれん草 パセリ 玉ねぎ	おからチョコ ケーキ	601
15	木	ごはん 魚の和風マリネ 野菜のごま和え 牛乳	魚 牛乳 鶏挽肉	白米 油 砂糖 薄力粉 ごま	キャベツ もやし 人参 玉ねぎ ピーマン	そぼろおにぎり	510
16	金	お弁当デー お泊り保育				お菓子	
17	土	ハヤシライス すまし汁	牛肉	白米 油 ハヤシルウ	玉ねぎ 人参 トマトピューレ グリーンピース ほうれん草 えのき	お菓子	561
19	月	ピピンバ丼(麦ごはん) わかめスープ オレンジ	合挽肉 牛乳 きなこ わかめ	白米 押麦 砂糖 片栗粉 ごま ごま油	もやし にんにく ほうれん草 人参 玉ねぎ オレンジ	ミルクくずもち	539
20	火	ごはん 魚のチーズ焼き ポパイサラダ 牛乳	魚 かまぼこ ちりめんじゃこ ベーコン とろけるチーズ 牛乳	白米 マヨネーズ 砂糖 パン粉 コーン缶	キャベツ 人参 ほうれん草 パセリ トマトピューレ ケチャップ	ベーコンとコーン のおにぎり	552
21	水	やきそば 鶏肉のからあげ フルーツ 修了式 夏祭り会	鶏肉 豚肉 ダイステーズ 卵 青のり 牛乳	中華麺 薄力粉 油 砂糖 バター ミックス粉	玉ねぎ 人参 キャベツ にんにく ほうれん草 パイン缶 みかん缶 もも缶	ほうれん草 ケーキ	683
22	木	(祝)海の日					
23	金	(祝)スポーツの日					
24	土	牛肉丼 すまし汁	牛肉 絹豆腐	白米	玉ねぎ 人参 長ねぎ 干椎茸 ほうれん草	お菓子	559
26	月	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き 野菜サラダ トマトスープ	鶏肉 牛乳 粉チーズ スキムミルク ダイステーズ	白米 砂糖 油 白玉粉	人参 きゅうり キャベツ アスパラガス トマト缶 玉ねぎ えのき パセリ マーメレード	もちもち チーズパン	520
27	火	雑穀ごはん 豚肉のしょうが焼き 和風マカロニサラダ 牛乳	豚肉 ツナ缶 牛乳 かつお節 ちりめんじゃこ	白米 雑穀 マカロニ ごま 砂糖	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ 大葉 しょうが	じゃこと大葉の おにぎり	647
28	水	混ぜご飯 豆腐の味噌汁 ブロッコリーとじゃこの和え物	鶏小間 絹豆腐 みそ 卵 ちりめんじゃこ わかめ	白米 砂糖 油 薄力粉 バター チョコチップ	人参 たけのこ 干椎茸 ごぼう 小ねぎ 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ きゅうり	ココアスコーン	518
29	木	ごはん オランダ揚げ 大根の和風サラダ 牛乳	魚 かつお節 牛乳 油揚げ 卵	白米 ごま 砂糖 油	大根 きゅうり 人参 玉ねぎ パセリ	きつねおにぎり	602
30	金	チキンカレーライス みかんサラダ 牛乳	鶏肉 牛乳 クリアガー	白米 砂糖 じゃがいも カレールウ	キャベツ きゅうり 人参 みかん缶 玉ねぎ グリーンピース パイン缶 もも缶	フルーツゼリー	522
31	土	和風ツナスパゲティ コンソメスープ	ツナ缶 かつお節 のり	スパゲティ麺 油	玉ねぎ 人参 小松菜 にんにく キャベツ パセリ	お菓子	385

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります。

●主な食材だけ表示してあります。

●献立および食材は変更する場合があります。



お楽しみメニュー

ゆり組さんがメニューディレクターとなつてランチのメニューを考えます。行事にちなんだメニューや、旬の食材、栄養のバランスや色合いなどを考え、食への興味・関心を深めるねらいがあります。今年度は、行事と関連付けて行事食を考えてもらいます。どんな行事食になるのかお楽しみに！



防災食の日

7月2日は教育の一環で「防災食の日」と称し、ランチで防災食を食べる経験をします。普段の食事とは違った防災食。簡易的な食事になりますが、いつもの食事との違いや食べ物の大切さをこの機会に知ってもらいたいです。



お弁当デー

今月のお弁当デーは、7月1日(木)・16日(金)に6月分を含め2回あります。お弁当、水筒、お箸セットの用意をお願いします。

