

令和5年7月献立予定表

令和5年6月23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：熱や力になる	緑：調子を整える	おやつ	エネルギー
1	土	豚丼 味噌汁	豚小間肉 味噌 かつお節 わかめ	ごま 砂糖 白米	人参 玉ねぎ にんにく 長ネギ 小ねぎ	お菓子	410
3	月	雑穀ごはん 鶏肉のから揚げ 野菜のおかか和え	鶏もも肉 かつお節 牛乳 スキムミルク 卵 おから	白米 雑穀 薄力粉 片栗粉 砂糖 バター	にんにく キャベツ 人参 もやし	おからスコーン	564
4	火	ごはん 魚のパン粉焼き 野菜とチーズのサラダ 牛乳	魚 ダイスチーズ 牛乳 かつお節	白米 マヨネーズ パン粉 油 砂糖 ごま油	キャベツ 人参 きゅうり 枝豆	枝豆おかか おにぎり	587
5	水	ごはん 豚肉の味噌炒め わかめスープ ゆりのみお弁当デー	豚小間肉 味噌 粉チーズ 牛乳 わかめ	白米 ごま油 白玉粉 バター	にんにく にら キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 マーメレード	マーメレード ポンデケージョ	515
6	木	おにぎり 味噌汁 果物缶(みかん) 防災食の日	油揚げ わかめ 味噌 昆布	白米 じゃがいも かつお節	人参 玉ねぎ みかん缶	チーズ蒸しパン	370
7	金	冷やしそうめん 天の川羊羹 七夕会	ツナ 錦糸卵 わかめ じゃこ	そうめん こしあん アラザン 白米	オクラ 寒天	じゃこおにぎり	463
8	土	スパゲティミートソース ポテトスープ	合挽肉 ベーコン	スパゲティ麺 じゃがいも	人参 玉ねぎ ケチャップ トマトピューレ ピーマン	お菓子	381
10	月	ごはん 豚肉のマーメレード煮 ブロッコリーサラダ 牛乳	豚小間肉 牛乳 ツナ	白米 コーン ごま マヨネーズ ミックス粉	マーメレード 玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー きゅうり キャベツ パセリ	ツナ蒸しパン	628
11	火	お楽しみメニュー				ケチャップおにぎり	152
12	水	雑穀ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 わかめと大根の甘酢あえ	鶏もも肉 牛乳 卵 わかめ	白米 雑穀 砂糖 こんにゃく ミックス粉 バター	人参 ごぼう レンコン きゅうり 大根	マドレーヌ	419
13	木	ごはん ミートローフ 野菜のフレンチ和え 牛乳	合挽肉 粉チーズ 木綿豆腐 牛乳	白米 コーン 砂糖 オリーブ油	玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ キャベツ きゅうり	ひじきおにぎり	637
14	金	お弁当デー お泊り保育		淡雪麩 バター 砂糖		麩ラスク	111
15	土	牛肉丼 わかめのすまし汁	牛小間肉 絹豆腐 わかめ	砂糖 油 白米	人参 玉ねぎ 長ネギ 干椎茸	お菓子	428
17	月	(祝)海の日					
18	火	ごはん タンドリーチキン 人参サラダ 牛乳	鶏もも肉 ヨーグルト ツナ 牛乳	白米 コーン 油 バター 砂糖 薄力粉	ケチャップ 人参 きゅうり	ココアクッキー	631
19	水	じゃこごはん 豆腐の味噌汁 野菜の塩昆布和え	鶏もも肉 しらす干し 絹豆腐 味噌 油揚げ わかめ 塩昆布	白米 砂糖 油 ごま	人参 いんげん 干椎茸 小ねぎ 玉ねぎ きゅうり キャベツ	きつねおにぎり	395
20	木	ごはん チキンカツ レンコンとツナのサラダ 牛乳	鶏ささみ ツナ 牛乳 卵 スキムミルク	白米 薄力粉 パン粉 油 コーン マヨネーズ 砂糖 ミックス粉	ケチャップ れんこん ブロッコリー 人参 かぼちゃ	かぼちゃケーキ	583
21	金	お好み焼き ブロッコリー フライドポテト フルーツポンチ 終業式 夏祭り会	かつお節 豚小間肉 卵 青のり	薄力粉 じゃがいも 油 白米 ごま 砂糖	キャベツ 人参 ブロッコリー フルーツミックス缶 小松菜	小松菜とごまのおにぎり	385
22	土	きのこの和風スパゲティ コンソメスープ	ベーコン かつお節 ウインナー	スパゲティ麺 バター	しめじ 玉ねぎ ほうれん草 にんにく 小ねぎ レタス 人参	お菓子	380
24	月	ごはん 鶏レバーの味噌煮 炒めビーフン 牛乳	鶏レバー 味噌 かまぼこ 牛乳	白米 砂糖 ビーフン	玉ねぎ 人参 にら キャベツ ピーマン	ちんすこう	530
25	火	麦ごはん 魚のマヨネーズ焼き みかんサラダ 牛乳	魚 スキムミルク 牛乳 かつお節	白米 押麦 マヨネーズ 砂糖 ごま ごま油 クリームコーン	キャベツ 人参 きゅうり みかん缶	おかかおにぎり	510
26	水	ごはん スペニッシュオムレツ ごぼうのごまマヨサラダ	ベーコン 卵 とろけるチーズ ツナ スキムミルク	白米 じゃがいも 砂糖 コーン ごま マヨネーズ コーンフレーク バター マシュマロ	人参 パセリ ほうれん草 ごぼう きゅうり	コーンフレークバー	566
27	木	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜の磯和え	豚小間肉 かつお節 のり わかめ	白米 砂糖 油	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし	わかめおにぎり	561
28	金	チキンカレーライス コールスローサラダ 牛乳	鶏もも肉 牛乳 卵	白米 油 コーン マヨネーズ 砂糖 薄力粉 バター ごま	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり	ごまクッキー	644
29	土	鶏そぼろ丼 味噌汁	鶏ひき肉 木綿豆腐 味噌 かつお節 わかめ	白米	玉ねぎ 人参 小ねぎ	お菓子	336
31	月	ごはん 照り焼きチキン 野菜のごまマヨネーズ 牛乳	鶏もも肉 牛乳 絹豆腐	白米 マヨネーズ ごま ミックス粉 バター 砂糖	にんにく キャベツ きゅうり 人参	豆腐マフィン	558

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料は変更する場合があります。



おべんとうデーについて

今月のお弁当デーは7月14日になります。おかず入りのお弁当、水筒、お箸のセットをお願いします。0、1歳児クラスはお茶とお箸のセットを用意します。なお、お子様の食べ方に応じて必要な場合はミニトマト等の丸い食品を1/4程度に切って頂けると安心です。ご協力よろしくをお願いします。

※7月5日はプラネタリウム見学の為、ゆり組のみお弁当デーになります。

防災食の日について

7月6日に防災食のランチ提供を予定しています。非常時を想定した献立となります。普段より、量や栄養素が不足してしまいます。

今後、様々な災害に見舞われる可能性もあります。子ども達の経験として実施しようと思います。ご理解のほどよろしくをお願いします。