

7月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日	曜	献立名	食品名	おやつ	
1	火	牛乳	そうめん	そうめん・おくら・しいたけ・にんじん・長ねぎ	お茶
			かぼちゃ天ぷら	かぼちゃ・天ぷら粉	しじゅうし
			きゅうりとハムのサラダ	きゅうり・ハム・もやし・和ドレ	米・豚肉・刻み昆布・油揚げ
			オレンジ		にんじん・しょうが
2	水	牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
			鶏肉の梅肉焼き	鶏肉・梅肉	お麩ラスク
			小松菜のツナ和え	こまつな・にんじん・ツナ	お麩・グラニュー糖・有塩バター
			呉汁/すいか	ゆで大豆・さといも・だいこん・にんじん・しいたけ・こんにやく・油揚げ・万能ねぎ	
3	木	牛乳	ごはん	米	お茶
			麻婆なす	なす・豚挽肉・たまねぎ・長ねぎ・にんにく・しょうが	ゆでとうもろこし
			トマト	トマト	とうもろこし
			わかめスープ/メロン	わかめ・たまねぎ・白ごま	
4	金	牛乳	ごはん	米	お茶
			鮭の胡麻照り焼き	鮭・しょうが・白ごま	ヨーグルト
			冬瓜のそぼろ煮	とうがん・豚挽肉	せんべい
			味噌汁/デラウェア	しめじ・えのき・油揚げ・長ねぎ	
5	土	牛乳	味噌豚丼	米・豚肉・たまねぎ・長ねぎ・白ごま	牛乳
			しらすサラダ	しらす・きゅうり・キャベツ・にんじん・和ドレ	プティブラン
			清汁	こまつな・だいこん・しめじ	
			バナナ		
7	月	牛乳	ちらし寿司	米・にんじん・れんこん・かんぴょう・油あげ・キャラフル・さやえんどう・きざみのり	牛乳
			鶏肉の照り焼き	鶏もも肉	さくべい
			おくらサラダ	おくら・にんじん	米粉・強力粉・BP
			清汁/すいか	かまぼこ・えのき・みつば・長ねぎ	
8	火	牛乳	バターロール	バターロール	お茶
			肉団子のトマトソースかけ	豚挽肉・たまねぎ・トマト・ホールトマト缶	ツナチーズおにぎり
			温野菜サラダ	ブロッコリー・じゃがいも・にんじん・洋ドレ	米・ツナ・チーズ
			キャベツスープ	キャベツ・たまねぎ・にんじん	
9	水	牛乳	胡麻塩ご飯	米・黒ゴマ	お茶
			あじのつけ焼き	あじ・にんにく	カルピスゼリー
			ほうれん草のなめ茸和え	ほうれんそう・にんじん・なめたけ	粉寒天・カルピス・みかん缶
			味噌汁/デラウェア	とうがん・油揚げ・万能ねぎ	
10	木	牛乳	ごはん	米	牛乳
			鶏つくね	鶏挽肉・たまねぎ・長ねぎ・しょうが	手づくりおととと
			春雨サラダ	はるさめ・にんじん・きゅうり・ハム・中華ドレ	じゃがいも・小麦粉
			中華スープ/バナナ	もやし・わかめ・しいたけ・長ねぎ	
11	金	牛乳	ごはん	米	牛乳
			肉野菜味噌炒め	豚肉・キャベツ・ピーマン・もやし	レモンクッキー
			きゅうりの昆布和え	きゅうり・塩昆布	無塩バター・粉糖・生クリーム
			清汁/すいか	豆腐・えのき・長ねぎ	レモン果汁・小麦粉
12	土	牛乳	チキンピラフ	米・鶏もも肉・たまねぎ・にんじん	お茶
			コロコロサラダ	きゅうり・だいこん・にんじん・洋ドレ	味噌バターおにぎり
			ポテトスープ/バナナ	じゃがいも・たまねぎ・ベーコン・パセリ	米・バター・コーン
14	月	牛乳	夏野菜カレーライス	米・豚肉・トマト・ズッキーニ・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ルウ	牛乳
			チーズサラダ	チーズ・きゅうり・にんじん・キャベツ・洋ドレ	米粉ココア蒸しパン
			メロン		米粉・ココア・BP
15	火	牛乳	そうめん	そうめん・おくら・しいたけ・にんじん・長ねぎ	お茶
			かぼちゃ天ぷら	かぼちゃ・天ぷら粉	しじゅうし
			きゅうりとハムのサラダ	きゅうり・ハム・もやし・和ドレ	米・豚肉・刻み昆布・油揚げ
			オレンジ		にんじん・しょうが

※午前おやつは乳児のみの提供になります。

※材料等の都合により献立の変更することもありますので、ご了承下さい。

※メニューの内容をご確認いただき、また食べたことのない食品がありましたら、
保育園で食べる前にご家庭で食べるようにしてください。

※離乳食完了期の期間は乳児食を刻んで食べやすいように工夫して提供します。



日曜	午前 おやつ	献立名	食品名	おやつ	
16	水	牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
			鶏肉の梅肉焼き	鶏肉・梅肉	お麩ラスク
			小松菜のツナ和え	こまつな・にんじん・ツナ	お麩・グラニュー糖・有塩バター
			呉汁/すいか	ゆで大豆・さといも・だいこん・にんじん・しいたけ・こんにゃく・油揚げ・万能ねぎ	
17	木	牛乳	ごはん	米	お茶
			麻婆なす	なす・豚挽肉・たまねぎ・長ねぎ・にんにく・しょうが	ゆでとうもろこし
			トマト	トマト	とうもろこし
			わかめスープ/メロン	わかめ・たまねぎ・白ごま	
18	金	牛乳	ごはん	米	お茶
			鮭の胡麻照り焼き	鮭・しょうが・白ごま	ヨーグルトプリン
			冬瓜のそぼろ煮	とうがん・豚挽肉	ゼラチン・ヨーグルト
			味噌汁/デラウェア	しめじ・えのき・油揚げ・長ねぎ	いちごジャム
19	土	牛乳	味噌豚丼	米・豚肉・たまねぎ・長ねぎ・白ごま	牛乳
			しらすサラダ	しらす・きゅうり・キャベツ・にんじん・和ドレ	プティブラン
			清汁	こまつな・だいこん・しめじ	
			バナナ		
22	火	牛乳	バターロール	バターロール	お茶
			肉団子のトマトソースかけ	豚挽肉・たまねぎ・トマト・ホールトマト缶	ツナチーズおにぎり
			温野菜サラダ	ブロッコリー・じゃがいも・にんじん・洋ドレ	米・ツナ・チーズ
			キャベツスープ/オレンジ/牛乳	キャベツ・たまねぎ・にんじん	
23	水	牛乳	胡麻塩ご飯	米・黒ゴマ	お茶
			あじのつけ焼き	あじ・にんにく	カルピスゼリー
			ほうれん草のなめ茸和え	ほうれん草・にんじん・なめたけ	粉寒天・カルピス・みかん缶
			味噌汁/デラウェア	とうがん・油揚げ・万能ねぎ	
24	木	牛乳	㊤ランチ		牛乳
			ごはん	米	キャロットケーキ
			鶏肉の唐揚げ	鶏もも肉・しょうが	米粉・BP・豆腐・にんじん
			かぼちゃのカレーサラダ	かぼちゃ・たまねぎ・ベーコン・枝豆・トマト・マヨドレ・カレー粉	レーズン・クリームチーズ
			具だくさん味噌汁/メロン	だいこん・さといも・しいたけ・こんにゃく・長ねぎ・油揚げ	レモン果汁
25	金	牛乳	ごはん	米	牛乳
			肉野菜味噌炒め	豚肉・キャベツ・ピーマン・もやし	レモンクッキー
			きゅうりの昆布和え	きゅうり・塩昆布	無塩バター・粉糖・生クリーム
			清汁/すいか	豆腐・えのき・長ねぎ	レモン果汁・小麦粉
26	土	牛乳	チキンピラフ	米・鶏もも肉・たまねぎ・にんじん	お茶
			コロコロサラダ	きゅうり・だいこん・にんじん・洋ドレ	味噌バターおにぎり
			ポテトスープ	じゃがいも・たまねぎ・ベーコン・パセリ	米・バター・コーン
			バナナ		
28	月	牛乳	夏野菜カレーライス	米・豚肉・トマト・ズッキーニ・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ルウ	牛乳
			チーズサラダ	チーズ・きゅうり・にんじん・キャベツ・洋ドレ	米粉ココア蒸しパン
			メロン		米粉・ココア・BP
29	火	牛乳	五目ラーメン	中華麺・焼き豚・もやし・にんじん・チンゲン菜・長ねぎ・しょうが・にんにく	お茶
			トマトの中華和え	きゅうり・トマト・中華ドレ	小松菜とじゃこのごはん
			オレンジ		米・こまつな・しめじ・油揚げ・しらす・白ごま
30	水	牛乳	ゆかりご飯	米・ゆかりふりかけ	牛乳
			カレイの煮つけ	カレイ・しょうが	★ウエルシュケーキ
			れんこんサラダ	れんこん・にんじん・ひじき・えだまめ・和ドレ	小麦粉・BP・グラニュー糖
			味噌汁/すいか	なす・たまねぎ・油揚げ・万能ねぎ	無塩バター・卵・レーズン
31	木	牛乳	ごはん	米	牛乳
			鶏つくね	鶏挽肉・たまねぎ・長ねぎ・しょうが	えだまめおやき
			春雨サラダ	はるさめ・にんじん・きゅうり・ハム・中華ドレ	枝豆・木綿豆腐・しょうが
			中華スープ/バナナ	もやし・わかめ・しいたけ・長ねぎ	片栗粉

●今月の目標栄養価 乳児 エネルギー 441kcal 蛋白質 15.5g 脂質 14.5g
 幼児 エネルギー 588kcal 蛋白質 21.3g 脂質 20.4g

★印は今月の世界料理です。

