

2021年度 7月 給食献立表

菊名愛児園
副園長 安達 直樹

	献立名				食 材		
	乳児おやつ	主食	副 食 (): 乳児のみ	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1 木	牛乳 さつま芋		ハヤシライス 白菜スープ きくらげのナムル 果物	牛乳 黒糖ラスク	米 米粉 マーガリン ごま油 食パン ごま	豚肉 牛肉 ハム 牛乳	玉葱 人参 木耳 白菜 きゅうり キャベツ
2 金	麦茶 ウエハース	御飯	かきたま汁 いわしのつみれ鍋 小松菜の胡麻和え (果物)	牛乳 スノーボールクッキー	米 小麦粉 マーガリン ごま	卵 いわし 鶏肉 味噌 牛乳 油揚げ	大根 人参 葱 玉葱 南瓜 小松菜 もやし
3 土	牛乳		豚丼 ジャガ芋とのりのスープ 果物	牛乳 ジャムサンド	米 ジャガ芋 春雨 ロールパン	豚肉 牛乳	玉葱 小松菜 えのき 人参 葱
5 月	牛乳 せんべい	御飯	みそ汁 鶏肉のママレード焼 オクラと竹輪ののり和え (果物)	麦茶 お好み焼き	米 小麦粉 ごま油 マヨネーズ	鶏肉 油揚げ 納豆 卵 干しエビ 牛乳 竹輪	キャベツ 人参 オクラ
6 火	牛乳 じゃが芋	御飯	みそ汁 豚肉と野菜のカレー炒め きゅうりの華風サラダ (果物)	麦茶 牛乳フルーツ寒天	米 しらたき ごま油	豚肉 ハム 牛乳 味噌	もやし えのき 玉葱 人参 ピーマン きゅうり
7 水	麦茶 チーズ		七夕そうめん キラキラスープ ししゃものゴマ焼き すいか	梅ジュース ヨーグルト	そうめん ごま 春雨	ハム 卵 豆腐 ししゃも ヨーグルト	ほうれん草 オクラ 人参 葱 コーン
8 木	牛乳 さつま芋	御飯	春雨のスープ 野菜たっぷり夏マーボー 粉ふき芋 (果物)	牛乳 人参ボンデケーキ	米 春雨 ごま油 ごま ジャガ芋 米粉	豚肉 豆腐 味噌 ウインナー 牛乳	白菜 人参 筍 コーン 玉葱 なす トマト ピーマン
9 金	麦茶 ウエハース	うまみ 御飯	五目汁 蒸し魚のとりみあん コールスローサラダ 果物	牛乳 バナナブラウニー	米 ごま油 マヨネーズ ケーキミックス 油	納豆 鶏肉 カレイ 卵 牛乳	大根 人参 ごぼう 葱 チンゲンサイ えのき キャベツ
10 土	牛乳		ビビンバ クラムチャウダー 果物	牛乳 プリン	じゃが芋 ごま油 ごま 小麦粉 マーガリン 米	鶏肉 豚肉 あさり 牛乳	葱 もやし 人参 玉葱 ほうれん草 マッシュルーム
12 月	牛乳 せんべい	枝豆 御飯	みそ汁 鶏肉の照り焼き キャベツとわかめの酢和え (果物)	牛乳 フルーツきんとん	米 さつま芋 油	鶏肉 豆腐 枝豆 しらす 牛乳 味噌	なめこ 葱 キャベツ わかめ
13 火	牛乳 じゃが芋	御飯	みそ汁 カジキのカレー風味 ブロッコリーの黒ごまサラダ (果物)	牛乳 チョコとフレンチ	米 ごま油 食パン	かじき 油揚げ 卵 牛乳 味噌	大根 わかめ 玉葱 コーン パプリカ ブロッコリー きゅうり
14 水	麦茶 チーズ		タコライス くずあんスープ 切干大根のサラダ 果物	麦茶 フルーツみつ豆	米 マヨネーズ	豚肉 豆腐 ベーコン 小豆 チーズ	玉葱 人参 レタス 葱 ほうれん草 切干大根
15 木	牛乳 さつま芋	御飯	みそ汁 鮭の酒蒸し 揚げなす (果物)	麦茶 納豆おやき	米 米粉 油 ごま	鮭 油揚げ 納豆 しらす 味噌	キャベツ 玉葱 なす いんげん
16 金	麦茶 ウエハース		冷やしわかめうどん しらすのじゃが芋サラダ 果物	麦茶 干しエビのおにぎり	うどん ジャガ芋 ごま ごま油 米	かまぼこ しらす 干しエビ	わかめ ほうれん草 人参 きゅうり 小松菜
17 土	牛乳		パン スープ ス克蘭ブルエッグ 茹で野菜 ヨーグルト	牛乳 干し芋	さつま芋 パン マヨネーズ	ヨーグルト 牛乳 卵	ブロッコリー トマト
19 月	牛乳 せんべい	御飯	みそ汁 鶏肉のカレー焼き オクラと竹輪ののり和え (果物)	牛乳 みかん蒸しパン	米 小麦粉 油	鶏肉 竹輪 油揚げ 牛乳 味噌	キャベツ 人参 オクラ
20 火	牛乳 じゃが芋	御飯	みそ汁 高野豆腐の卵とじ きゅうりの華風サラダ 果物	牛乳 トースト	米 食パン ごま油 しらたき マヨネーズ	高野豆腐 卵 牛乳 味噌 鶏肉	もやし えのき 玉葱 人参 きゅうり コーン
21 水	牛乳 さつま芋		そうめんビビン麺 あさりと豆腐のチゲ レンコンのマリネ 果物	麦茶 プリン	そうめん ごま ごま油	豚肉 豆腐 あさり	きゅうり 葱 えのき にら レンコン 人参 玉葱
海 の 日							
ス ポ ー ツ の 日							
24 土	牛乳		ビビンバ クラムチャウダー 果物	牛乳 ゼリー	米 ジャガ芋 ごま マーガリン 小麦粉	豚肉 鶏肉 あさり 牛乳	葱 ほうれん草 もやし 人参 玉葱 マッシュルーム
26 月	牛乳 せんべい	御飯	すまし汁 鶏肉のはちみつ味噌ソテー キャベツとわかめの酢和え (果物)	牛乳 リンゴケーキ	米 ケーキミックス	鶏肉 卵 牛乳 味噌 練乳	白菜 えのき キャベツ わかめ
27 火	牛乳 じゃが芋	御飯	みそ汁 カジキのカレー焼き 大根とツナの和え物 (果物)	牛乳 いちごラスク	米 食パン 油 マヨネーズ	かじき 油揚げ ツナ 牛乳 味噌	なす 玉葱 パプリカ 大根 きゅうり コーン
28 水	麦茶 チーズ		きのこのリゾット風 さつま芋スープ 切干大根サラダ 果物	牛乳 フレンチトースト	米 マーガリン 油 食パン マヨネーズ さつま芋	ベーコン 牛乳 チーズ 卵 生クリーム ウインナー ツナ	玉葱 エリンギ しめじ えのき 白菜 人参 切干
29 木	牛乳 さつま芋	御飯	みそ汁 鮭の酒蒸し ほうれん草とチーズの納豆和え (果物)	麦茶 ずんだもち	米 白玉粉	鮭 油揚げ 枝豆 味噌 チーズ 納豆	キャベツ わかめ 人参 ほうれん草 玉葱
30 金	麦茶 ウエハース		ちゃんぽん風あんかけ焼きそば 野菜スープ ごぼうの味噌マヨサラダ 果物	麦茶 じゃこおにぎり	中華麺 マヨネーズ 米 しらたき ごま	かまぼこ しらす 油揚げ 味噌	玉葱 人参 しいたけ ごぼう いんげん トマト 小松菜 きゅうり
31 土	牛乳		豚丼 ジャガ芋とのりのスープ 果物	牛乳 ジャムサンド	米 ロールパン じゃが芋 春雨	豚肉 牛乳	玉葱 小松菜 えのき 人参 葱

◎納品の都合により献立内容を変更することがございます

◎砂糖は三温糖を使用しています

◎出汁汁はかつおと煮干しからとっています

作成 栄養士 佐藤