

# 2022年度 7月 献立表

菊名愛児園  
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 金	麦茶 チーズ	御飯	みそ汁 プルコギ風 もやしと青菜のごま塩和え 果物	牛乳 ゼリー せんべい	米 ごま	豚肉 みそ 牛乳 コチュジャン	玉葱 人参 ほうれん草 にら もやし 南瓜
2 土	牛乳		二色サンド 野菜コーンスープ 果物	牛乳 ドーナツ	食パン マーガリン マヨネーズ さつま芋	ハム チーズ ツナ 牛乳	キャベツ 人参 長葱
4 月	牛乳 せんべい	もろこし 御飯	みそ汁 鶏のレモン焼き きゅうりのさっぱり漬け (果物)	牛乳 お好み焼き蒸しパン	米 小麦粉 長芋 マヨネーズ 油	鶏肉 牛乳 たまご みそ	茄子 えのき 小葱 きゅうり キャベツ
5 火	牛乳 じゃが芋	御飯	みそ汁 魚の煮付け 南瓜サラダ (果物)	牛乳 クラッカーサンド	米 マヨネーズ クラッカー	かじき ハム 牛乳 みそ	小松菜 えのき 長葱 南瓜 きゅうり コーン
6 水	牛乳 ウエハース	パン	クリームシチュー 野菜フライ 果物	麦茶 おにぎり	ロールパン じゃが芋 マヨネーズ マーガリン 小麦粉 パン粉	牛乳 たまご	人参 玉葱 キャベツ 茄子 南瓜 いんげん コーン
7 木	牛乳 さつま芋		七夕そうめん すいか 七夕ハンバーグ(とうもろこし付)	牛乳 星型クッキー	そうめん パン粉 小麦粉 油	ハム たまご 豚肉 牛肉 アーモンドパウダー牛乳 チーズ	ほうれん草 とうもろこし 玉葱 きゅうり トマト キャベツ
8 金	麦茶 チーズ	御飯	みそ汁 ピーマンの細切り炒め 切干大根ソテー (果物)	麦茶 ビスケット ヨーグルト	米 春雨 油	豆腐 油揚げ ベーコン ヨーグルト 豚肉 みそ	玉葱 ピーマン もやし 人参 いんげん コーン
9 土	牛乳		エビピラフ ミネストローネ 果物	牛乳 ゼリー	米 マカロニ 油 じゃが芋	えび 豚肉 ベーコン 牛乳	玉葱 人参 キャベツ セロリ トマト コーン
11 月	牛乳 せんべい		キムチチャーハン 春雨スープ ほうれん草ナムル 果物	牛乳 豆腐がトシヨコ	米 春雨 ごま油 小麦粉 油 ごま	豚肉 豆腐 牛乳 ツナ たまご	長葱 キムチ 大根 ほうれん草 人参 コーン
12 火	牛乳 じゃが芋	大豆 御飯	みそ汁 鮭フライ キャベツの磯和え (果物)	麦茶 ヨーグルト和え	米 小麦粉 里芋 油 さつま芋 パン粉 ごま	大豆 油揚げ みそ 鮭 たまご 焼き豚 ヨーグルト	筍 人参 大根 しめじ キャベツ
13 水	牛乳 ウエハース		タコライス わかめスープ マカロニのチーズ焼き 果物	牛乳 ミニパフェ	マカロニ 小麦粉 ホイップクリーム 米	豚肉 チーズ 牛乳 ヨーグルト	玉葱 ピーマン コーン トマト 長葱
14 木	牛乳 さつま芋	御飯	みそ汁 筑前煮 ほうれん草とコーンのソテー (果物)	牛乳 きな粉ポテト	米 麩 こんにやく 里芋 油 さつま芋	きな粉 牛乳 みそ 油揚げ 鶏肉	シコン ごぼう 人参 筍 しめじ いんげん キャベツ ほうれん草
15 金	麦茶 チーズ	もみじ 御飯	冬瓜スープ さばの味噌煮 クリーミーポテトサラダ 果物	麦茶 せんべい ヨーグルト	米 じゃが芋 ごま 水あめ 油	豆腐 さば みそ ヨーグルト	冬瓜 人参 きゅうり
16 土	牛乳		カレーピラフ 春雨スープ 果物	牛乳 どら焼き	米 春雨 ごま	牛乳	人参 ピーマン 玉葱 白菜 コーン 筍
18 月	海 の 日						
19 火	牛乳 せんべい	御飯	みそ汁 鶏肉のマムレード焼 大根と人参のあんかけ煮 (果物)	牛乳 オーギョーチ	米 麩	鶏肉 みそ 牛乳 ゼラチン	キャベツ 人参 大根
20 水	牛乳 ウエハース	御飯	みそ汁 厚揚げの炒め キャベツのリンゴサラダ (果物)	牛乳 マカロニきな粉	米 麩 ごま油 マヨネーズ マカロニ	厚揚げ 豚肉 みそ きな粉 牛乳	玉葱 人参 にら しめじ キャベツ きゅうり
21 木	牛乳 さつま芋		キッズピピンバ 押し麦のスープ ブロッコリーとひじきの炒めサラダ 果物	牛乳 クラッカーサンド	米 ごま ごま油 押麦 油	鶏肉 豚肉 牛乳	長葱 もやし 人参 白菜 ブロッコリー 玉葱 ほうれん草
22 金	麦茶 チーズ		冷しきつねうどん さつま芋サラダ 果物	牛乳 お麩ラスク	うどん さつま芋 麩 マーガリン マヨネーズ	油揚げ かまぼこ 牛乳	ほうれん草 きゅうり コーン
23 土	牛乳		おにぎり みそ汁 焼き魚(プチトマト付) オレンジジュース	牛乳 ジャムサンド	米 麩 ロールパン	みそ 鮭	プチトマト
25 月	牛乳 せんべい		きのこのハヤシライス コーンスープ さつま芋のオレンジ煮 果物	麦茶 ドーナツ ヨーグルト	米 さつま芋 油	豚肉 ヨーグルト	玉葱 人参 えのき しめじ コーン
26 火	牛乳 じゃが芋	御飯	冬瓜スープ さばの竜田揚げ オクラとキャベツの和え物 (果物)	牛乳 スコーン	米 油 マーガリン ケーキミックス	豆腐 さば 牛乳 ヨーグルト	冬瓜 キャベツ オクラ 長葱
27 水	牛乳 ウエハース	御飯	みそ汁 豆腐の五目焼き いんげんのごま和え 果物	牛乳 ハニートースト	米 さつま芋 ごま 食パン	ツナ 豆腐 鶏肉 牛乳 みそ	大根 長葱 人参 いんげん
28 木	牛乳 さつま芋	パン	豆腐スープ マカロニグラタン コールスローサラダ (果物)	牛乳 チーズケーキ	ロールパン パン粉 マカロニ 小麦粉 マーガリン マヨネーズ	生クリーム チーズ 牛乳 卵 鶏肉 豆腐 ハム	人参 キャベツ きゅうり 玉葱 コーン
29 金	麦茶 チーズ	御飯	五目みそ汁 カレイの磯焼き じゃが芋のきんぴら (果物)	麦茶 ババロア	米 じゃが芋 ごま 油	鶏肉 カレイ 牛乳 油揚げ	茄子 玉葱 えのき ごぼう 人参
30 土	牛乳		ドライカレー さつま芋のスープ 果物	牛乳 ジャムパン	米 さつま芋 食パン	牛乳 豚肉 ベーコン	玉葱 人参 ピーマン 白菜

◎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