

令和5年



# 7月 献立表【完了期】



認定こども園中央幼稚園

日曜	曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
		朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1	土	チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 豆腐のそぼろあんかけ 野菜の和え物 グレープフルーツ 麦茶	ポン菓子 麦茶	チーズ 味噌 木綿豆腐 鶏肉	米 じゃがいも 油 片栗粉 薄力粉 砂糖	干しいたけ 切干大根 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ もやし 白菜 人参 グレープフルーツ りんごソース	麦茶 水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ ペーキングパウダー
3	月	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 焼きコロッケ 甘酢和え オレンジ 麦茶	豆乳ゼリー ウエハース 麦茶	高野豆腐 味噌 豆乳 きな粉	砂糖 米 コロケ 油 片栗粉 ウエハース	人参 干しいたけ 大根 長ねぎ 昆布 キャベツ 小松菜 オレンジ アガー	水 麦茶 トマトケチャップ 中濃ソース 殺菌酢 塩 こいくちしょうゆ
4	火	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 たらの香り焼き ひじきの煮物 パナナ 麦茶	チーズ蒸しパン 麦茶	味噌 たら 油揚げ スキムミルク チーズ	砂糖 米 さつま芋 ごま油 油 薄力粉	大根 干しいたけ なす しめじ 昆布 ひじき 人参 グリンピース バナナ	こいくちしょうゆ 水 麦茶 みりん 料理酒 万能つゆ ペーキングパウダー
5	水	ビスケット 麦茶	ご飯 コンソメスープ 豚肉と夏野菜のトマト煮 ブロッコリーのマヨサラダ とうもろこし 麦茶	きな粉蒸しパン 麦茶	豚肉 きな粉	マンナビスケット 米 じゃがいも 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉	人参 玉ねぎ わかめ なす トマト ブロッコリー キャベツ パプリカ とうもろこし	麦茶 水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ ペーキングパウダー
6	木	きゅうり味噌 麦茶	ビビンバご飯 中華スープ 切干大根のサラダ チーズ 麦茶	青のりポテト 麦茶	味噌 豚ひき肉 チーズ	砂糖 米 ごま油 ごま 油 薄力粉	きゅうり ほうれん草 もやし 人参 白菜 干しいたけ 切干大根 パプリカ 青のり	水 麦茶 こいくちしょうゆ チキンスープの素 殺菌酢 塩
7	金	ポン菓子 麦茶	【小量】刻みなり寿司 そうめん汁 白菜のしらす和え スイカ 麦茶	お星様パンケーキ 麦茶	いなりの皮 かつお節 しらす	ポン菓子 米 砂糖 そうめん 薄力粉 油	干しいたけ 人参 コーン 昆布 白菜 チンゲン菜 すいか	麦茶 水 殺菌酢 塩 こいくちしょうゆ 万能つゆ ペーキングパウダー
8	土	ウエハース 麦茶	チキンピラフ コンソメスープ 野菜サラダ りんごジャムヨーグルト 麦茶	赤ちゃんせんべい 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	ウエハース 米 無塩バター 油 砂糖 赤ちゃんせんべい きゅうり りんごソース	玉ねぎ 人参 パセリ えのき茸 ほうれん草 もやし キャベツ きゅうり りんごソース	麦茶 水 塩 チキンスープの素 殺菌酢
10	月	蒸しさとま芋 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏ささみソテー 野菜の和え物 ブチケーキ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏肉 鶏卵 スキムミルク	さつま芋 米 薄力粉 油 片栗粉 無塩バター 砂糖 ウエハース	干しいたけ 白菜 チンゲン菜 昆布 大根 人参 きゅうり ぶどうジュース アガー	麦茶 水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ ペーキングパウダー
11	火	チーズ 麦茶	そぼろ茄子丼 中華スープ ピーマンの和え物 グレープフルーツ 麦茶	キャロットパンケーキ 麦茶	チーズ 豚ひき肉 味噌	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ピーマン 油 薄力粉	なす 長ねぎ ビーマン キャベツ わかめ 小松菜 トマト グレープフルーツ 人参	麦茶 水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 殺菌酢 ペーキングパウダー
12	水	蒸しじゃが芋 麦茶	ご飯 味噌汁 照り焼きつくね 野菜スタック ヨーグルト 麦茶	レーズン蒸しパン 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏肉 木綿豆腐 ヨーグルト スキムミルク	じゃがいも 米 パン粉 片栗粉 無塩バター 砂糖 薄力粉	干しいたけ 長ねぎ ほうれん草 昆布 玉ねぎ ひじき 大根 きゅうり 人参 レーズン	塩 麦茶 水 こいくちしょうゆ 料理酒 万能つゆ ペーキングパウダー
13	木	ポン菓子 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の野菜あんかけ もやしのツナ和え オレンジ 麦茶	パンケーキ 麦茶	味噌 鶏肉 かつおフレーク	ポン菓子 米 油 砂糖 片栗粉 薄力粉	干しいたけ なす 小松菜 わかめ 昆布 玉ねぎ 人参 グリンピース もやし チンゲン菜 オレンジ	麦茶 水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ チキンスープの素 万能つゆ ペーキングパウダー
14	金	きゅうり味噌 麦茶	ご飯 味噌汁 かれのいごま風焼き なめたけ和え オレンジ 麦茶	蒸しパン 麦茶	味噌 油揚げ かいれい	砂糖 米 じゃがいも ごま ごま油 薄力粉	きゅうり 干しいたけ 昆布 白菜 人参 ほうれん草 なめ茸 オレンジ	水 麦茶 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ ペーキングパウダー
15	土	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め 海苔和え チーズ 麦茶	ポン菓子 麦茶	高野豆腐 味噌 豚肉 チーズ	砂糖 米 油 ポン菓子	人参 干しいたけ しめじ 小松菜 昆布 玉ねぎ 大根 きゅうり 焼きのり	水 麦茶 こいくちしょうゆ みりん
18	火	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の旨酢煮 和風マヨ和え グレープフルーツ 麦茶	ミルクゼリーアップルソー ス ウエハース 麦茶	油揚げ 味噌 鶏肉 牛乳	砂糖 米 さつま芋 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ ウエハース	大根 干しいたけ 長ねぎ 昆布 玉ねぎ パプリカ ビーマン キャベツ 人参 ほうれん草 グレープフルーツ アガー りんごソース	こいくちしょうゆ 水 麦茶 殺菌酢 塩
19	水	ビスケット 麦茶	冷やし中華 ジャーマンポテト パナナヨーグルト 麦茶	わかめご飯 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	マンナビスケット 中華麺 油 ごま ごま油 砂糖 じゃがいも 米	きゅうり トマト もやし コーン 玉ねぎ パセリ パナナ わかめ 鮫の素	麦茶 水 こいくちしょうゆ 殺菌酢 チキンスープの素 塩
20	木	チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 かれのいごま和え 人参ドレッシングサラダ スイカ 麦茶	パンケーキ 麦茶	チーズ 味噌 かいれい	米 小切粒 砂糖 薄力粉 油	干しいたけ 白菜 昆布 大根 小松菜 人参 すいか	麦茶 水 万能つゆ 料理酒 人参ドレッシング ペーキングパウダー
21	金	ポン菓子 麦茶	【大量】しらすご飯 味噌汁 鶏ささみとなすの煮物 チンゲン菜の和え物 グレープフルーツ 麦茶	卵を使わないカップケー キ 麦茶	しらす 木綿豆腐 味噌 鶏肉 牛乳 スキムミルク	ポン菓子 米 砂糖 無塩バター 薄力粉	きゅうり 焼きのり 干しいたけ えのき茸 万能ねぎ 昆布 なす チンゲン菜 キャベツ 人参 グレープフルーツ	麦茶 水 万能つゆ こいくちしょうゆ ペーキングパウダー
22	土	人参煮 麦茶	ご飯 コンソメスープ 肉団子のクリーム煮 白菜サラダ オレンジ 麦茶	赤ちゃんせんべい 麦茶	豚ひき肉 牛乳 スキムミルク	砂糖 米 じゃがいも パン粉 無塩バター 薄力粉 油 赤ちゃんせんべい	人参 ほうれん草 玉ねぎ パセリ 白菜 パプリカ コーン オレンジ	水 麦茶 チキンスープの素 塩 殺菌酢
24	月	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のアップルソース焼き 小松菜の煮浸し チーズ 麦茶	スイートポテト 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏肉 油揚げ チーズ 牛乳 スキムミルク	砂糖 米 さつま芋 無塩バター	大根 干しいたけ 白菜 昆布 りんごソース 小松菜 キャベツ 人参	こいくちしょうゆ 水 麦茶 みりん 万能つゆ
25	火	赤ちゃんせん べい 麦茶	ご飯 コンソメスープ 肉じゃがが トマトドレッシングサラダ パナナ 麦茶	プリン ウエハース 麦茶	豚肉 牛乳	赤ちゃんせんべい 米 じゃがいも 油 砂糖 プリンの素 ウエハース	キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ 大根 ブロッコリー パプリカ パナナ	麦茶 水 チキンスープの素 塩 万能つゆ みりん トマトドレッシング
26	水	蒸しさとま芋 麦茶	野菜パン ズッキーニのスープ 鶏肉のピザ風焼き キャベツソテー オレンジ 麦茶	おかかご飯 麦茶	鶏肉 チーズ かつお節	さつま芋 野菜パン 油 米	ズッキーニ 人参 えのき茸 玉ねぎ ビーマン キャベツ もやし コーン オレンジ	麦茶 水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ
27	木	ウエハース 麦茶	ご飯 レタスのスープ かれのいごま粉焼き ポテトサラダ グレープフルーツ 麦茶	パンケーキ 麦茶	かいれい	ウエハース 米 薄力粉 パン粉 油 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 砂糖	人参 レタス パセリ きゅうり グレープフルーツ	麦茶 水 チキンスープの素 塩 料理酒 ペーキングパウダー
28	金	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の旨煮 納豆和え チーズ 麦茶	蒸しパン 麦茶	高野豆腐 味噌 豚肉 納豆 チーズ	砂糖 米 片栗粉 薄力粉	人参 干しいたけ 白菜 長ねぎ 昆布 チンゲン菜 大根 ほうれん草	水 麦茶 塩 こいくちしょうゆ みりん ペーキングパウダー
29	土	バナナ 麦茶	茄子とチキンの和風スパゲティ コンソメスープ フレンチサラダ ヨーグルト 麦茶	ビスケット 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	スパゲティ 油 砂糖 マンナビスケット	バナナ なす 玉ねぎ 焼きのり 切干大根 コーン 小松菜 キャベツ パプリカ トマト	麦茶 水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 チキンスープの素 塩 殺菌酢
31	月	赤ちゃんせん べい 麦茶	ご飯 味噌汁 ピーマン入り肉団子甘辛ソース きゅうりの中華和え グレープフルーツ 麦茶	フルーツパン 麦茶	油揚げ 味噌 豚ひき肉	赤ちゃんせんべい 米 じゃがいも パン粉 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま フルーツソーン	干しいたけ わかめ 昆布 玉ねぎ ビーマン きゅうり 白菜 人参 グレープフルーツ	麦茶 水 塩 みりん こいくちしょうゆ

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。