

令和5年 7月 給食献立予定表

中川小桜愛児園

日	曜	午前おやつ	献立	全園児 午後おやつ	赤 血や肉となる	黄 熱や力となる	緑 体の調子を整える
3 31	月	ビスケット 麦茶	ごはん・みそ汁(えのき・大根の葉) 鶏肉の照り焼き・大根ときゅうりの酢の物	ドーナツ 牛乳	鶏肉・みそ 牛乳	米・砂糖・油 ドーナツ	きゅうり・大根・人参 えのき・大根の葉
4 18	火	ウエハース 牛乳	ごはん・中華スープ(わかめ・人参) 麻婆豆腐・春雨サラダ	フライドポテト 麦茶	豆腐・豚肉 みそ・ハム・牛乳	米・砂糖・油・春雨 ごま油・じゃがいも	ねぎ・きくらげ・人参 きゅうり・わかめ
5 19	水	菓子 牛乳	親子丼・みそ汁(さつまいも・もやし) 白菜と小松菜のごま和え	ぶどうフルーチェ/菓子 麦茶	鶏肉 みそ	米・砂糖・ごま・卵 さつまいも・フルーチェ	玉ねぎ・白菜・小松菜 人参・もやし
6 20	木	ポーロ 麦茶	ごはん・みそ汁(里芋・小松菜) 豚肉のしぐれ煮・大根のツナ和え	プレーンケーキ 牛乳	豚肉・ツナ みそ・卵・牛乳	米・砂糖・油・マーガリン 里芋・ホットケーキミックス	白菜・玉ねぎ・人参・しめじ 大根・きゅうり・小松菜
7	金	クラッカー 麦茶	七夕そうめん・チキンナゲット 星コロケ・ブロッコリーの菜種和え	七夕ゼリー・せんべい 牛乳	ナゲット・卵 牛乳	そうめん・コロケ 油・砂糖・ゼリー・せんべい	ねぎ・ブロッコリー 人参
21	金	クラッカー 麦茶	冷やしきつねうどん・チキンナゲット ブロッコリーの菜種和え	マドレーヌ 牛乳	ナゲット・卵・油揚げ かまぼこ・牛乳	うどん・マドレーヌ 油・砂糖	ねぎ・ブロッコリー わかめ・人参
8 22	土	菓子 牛乳	ごはん・みそ汁(玉ねぎ・なめこ) あじフライ・青菜のおかか和え	菓子 牛乳	あじフライ・かつおぶし みそ・牛乳	米・砂糖 油	チンゲン菜・人参 玉ねぎ・なめこ
10 24	月	ポーロ 麦茶	夏野菜カレー・もやしのサラダ すいか	ポン菓子 牛乳	鶏肉・卵 あさり	米・砂糖・油 じゃがいも・ポン菓子	玉ねぎ・人参・トマト・なす もやし・きゅうり・すいか
11 25	火	ビスケット 麦茶	ごはん・みそ汁(チンゲン菜・長ねぎ) 鶏肉と大豆の煮物・サツマイモサラダ	チョコプレッツェル 牛乳	鶏肉・大豆 ハム・みそ・牛乳	米・マヨネーズ・こんにやく・バター 砂糖・さつまいも・ホットケーキミックス	人参・ごぼう・いんげん きゅうり・チンゲン菜・ねぎ
12 26	水	菓子 牛乳	ごはん・みそ汁(豆腐・きぬさや) 赤魚の煮付け・花野菜サラダ	アイスクリーム 麦茶	赤魚・豆腐 みそ・牛乳	米・砂糖・油 アイスクリーム	ブロッコリー・カリフラワー 人参・きぬさや
13 27	木	ウエハース 牛乳	ロールパン・夏野菜と鶏肉のトマト煮 ほうれん草ともやしのサラダ・バナナ	チーズおほかおにぎり ジョア(マスカット)	鶏肉・あさり・枝豆・チーズ・ジョア カニ風味かまぼこ・かつおぶし	米・砂糖・油 ロールパン	玉ねぎ・人参・なす ほうれん草・もやし・バナナ
14 28	金	クラッカー 麦茶	ごはん・みそ汁(しめじ・いんげん) ちくわの卵とじ・切り干し大根の和え物	シュガートースト 牛乳	卵・ちくわ・ハム みそ・牛乳	米・砂糖・油 食パン・マーガリン	玉ねぎ・人参・切干大根 きゅうり・しめじ・いんげん
1 15 29	土	菓子 牛乳	ツナチャーハン・みそ汁(わかめ・おふ) しゅうまい・もやしののり和え	菓子 牛乳	しゅうまい・ツナ みそ・牛乳	米・砂糖・ごま油 おふ	ミックスベジタブル・ねぎ・のり もやし・小松菜・人参・わかめ

クッキング
保育
(チョコプレッツェル)
7月11日
すみれ組

* 都合により、献立を変更する場合があります。
* 国内産の米を使用しています。

* 食品アレルギーのある方は園にお問い合わせください。
* 本厨房では、エビ・カニ・小麦・そば・卵・乳・落花生を含む材料を同じ機器で調理しております。



☆今月の栄養価: 1. 2歳児 エネルギー547kcal たんぱく質20.7g 脂質16.2g カルシウム255mg 鉄2.7g 塩分1.5g

☆今月の栄養価: 3~5歳児 エネルギー576kcal たんぱく質21.0g 脂質17.6g カルシウム282mg 鉄2.7g 塩分1.6g



令和 5年 7月 時間延長給食献立予定表

中川小桜愛児園

日	曜	おやつ	夕食	日	曜	おやつ	夕食
3	月	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 豆腐野菜ハンバーグ・大根の中華和え	18	火	菓子 麦茶	ツナピラフ・コンソメスープ カリフラワーサラダ・マスカットゼリー
4	火	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 かぼちゃ挽肉フライ・チンゲン菜のお浸し	19	水	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 肉団子の酢豚風・ツナサラダ
5	水	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 鶏肉と根菜の煮物・コーンサラダ	20	木	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 チーズ入りスクランブルエッグ・トマトとわかめのサラダ
6	木	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 えびフライ・もやしとチンゲン菜のごま和え	21	金	菓子 麦茶	カレーライス フロッキーサラダ・いちごゼリー
7	金	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 たらこのオーロラソースかけ・白菜の浅漬け	24	月	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 千キン南蛮・大根サラダ
10	月	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 ヒレカツ・フロッキーのマヨネーズ和え	25	火	菓子 麦茶	ごはん・すまし汁 さばの味噌マヨ焼き・コーンサラダ
11	火	菓子 麦茶	豚キャベツ丼・みそ汁 ホタテ風味フライ・ピーチゼリー	26	水	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 千キンピカタ・フロッキーサラダ
12	水	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 鶏肉の照り焼き・フレンチサラダ	27	木	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 アジフライ・キャベツのマヨネーズ和え
13	木	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 コーンコロッケ・枝豆サラダ	28	金	菓子 麦茶	ごはん・みそ汁 エビの中華炒め・中華風サラダ
14	金	菓子 麦茶	ごはん・すまし汁 肉みそ野菜炒め・しゅうまい	31	月	菓子 麦茶	ごはん・すまし汁 肉みそ豆腐・キャベツサラダ

* 食品アレルギーがある方は園にお問い合わせください。
 * 本厨房では、エビ・カニ・小麦・そば・卵・乳・落花生を含む材料を同じ機器で調理しております。
 * 国内産のお米を使用しています。