

7月 給食献立表

令和 6年

クローバー 瀬野辺保育園

日曜	おやつ	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1月	麦茶 せんべい	ご飯 野菜炒め ビーフンサラダ じゃがいもとキャベツの味噌汁 デザート	牛乳 りんごケーキ	・木綿豆腐 ・ふたもも肉 ・削り節・淡色辛みそ ・牛乳・豆乳	・精白米・ごま油 ・ビーフン・上白糖 ・じゃがいも・せんべい ・マーガリン・薄力粉	・にんじん・長ねぎ ・きゅうり・キャベツ ・みかん缶・りんご ・りょくとうもやし
2火	麦茶 ウエハース	豆乳味噌うどん 鮭のマヨネーズ焼き 切り干し大根のナムル デザート	牛乳 わかめおにぎり	・豆乳・豆みそ・さけ ・牛乳	・砂でうどん・いりごま ・ごま油・マヨドレ・上白糖 ・ウエハース・精白米	・キャベツ・にんじん・たまねぎ ・だいずもやし・切干しだいこん ・しいたけ・チンゲンサイ ・りょくとうもやし・バナナ・わかめ
3水	麦茶 せんべい	ご飯 夏野菜カレー 小松菜とささみの胡麻味噌和え 野菜のスープ デザート	牛乳 ココア蒸しパン	・鶏もも ・ヨーグルト ・鶏ささ身・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・調合油・じゃがいも ・上白糖・いりごま ・せんべい ・薄力粉	・たまねぎ・なす・トマト ・えだまめ・トマトケチャップ ・こまつな・キャベツ・にんじん ・りょくとうもやし・だいこん
4木	麦茶 クラッカー	ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き おからサラダ きのこやさいの味噌汁 デザート	牛乳 きなこトースト	・若鶏むね肉 ・おから・豆乳 ・淡色辛みそ・牛乳 ・きな粉	・精白米・マヨドレ ・いりごま ・クラッカー・食パン ・上白糖・マーガリン	・コーン・キャベツ・赤ピーマン ・きゅうり・ほんしめじ・えのきたけ ・たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん ・オレンジ
5金	麦茶 ビスケット	七夕そめん 鶏肉の照り焼き 短冊サラダ デザート	牛乳 フルーツカクテル	・まぐろ水煮缶詰 ・若鶏むね肉・牛乳	・そめん・調合油・上白糖 ・ごま油・ビスケット ・オレンジゼリー	・オクラ ・コーン・だいこん・にんじん ・きゅうり・りんご・白桃缶 ・みかん缶・りんごジュース
6土	麦茶 おせんべい	中華丼 わかめのスープ デザート	牛乳 りんごのゼリー ソフトせんべい	・ふたもも肉 ・牛乳・ゼラチン	・精白米・ごま油・片栗粉 ・砂糖	・ほくさい・にんじん ・りょくとうもやし・長ねぎ・わかめ ・まいたけ・バナナ・りんごジュース
8月	麦茶 ウエハース	ご飯 鯖のネギみそ焼き ひじきの炒め煮 かぼちゃと小松菜の味噌汁 デザート	牛乳 きなこクッキー	・鯖・甘みそ・油揚げ ・淡色辛みそ・牛乳 ・きな粉・豆乳	・精白米・調合油・砂糖 ・ウエハース・薄力粉	・しょうが・長ねぎ・乾ひじき ・にんじん・グリーンピース ・かぼちゃ・こまつな ・えのきたけ・みかん
9火	麦茶 せんべい	ご飯 照り焼きつくね 切干大根の煮物 里芋とほうれん草の味噌汁 デザート	牛乳 バナナスコーン	・煮干し・鶏ひき肉 ・木綿豆腐・焼き竹輪 ・油揚げ・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・いりごま・片栗粉 ・調合油・上白糖・パン粉 ・砂糖・さといも ・せんべい・薄力粉	・焼きのり・長ねぎ・乾ひじき ・切干しだいこん・にんじん ・いんげん・たまねぎ ・ほうれんそう・りんご・バナナ
10水	麦茶 クラッカー	ご飯 鶏の 마리ネ焼き れんごんのごまマヨ和え たまねぎとわかめの味噌汁 デザート	牛乳 マーメイドマフィン	・若鶏もも肉 ・淡色辛みそ ・牛乳・豆乳 ・ヨーグルト	・精白米・調合油・マヨドレ ・いりごま ・クラッカー・薄力粉 ・マーガリン	・たまねぎ・れんごん・にんじん ・わかめ・マーメイド ・バナナ
11木	麦茶 ビスケット	ご飯 厚揚げとナスの味噌炒め さつま芋ときゅうりのごまマヨネーズ和え にんじんとキャベツの味噌汁 デザート	牛乳 ナポリタン	・生揚げ・淡色辛みそ ・鶏ささ身・油揚げ ・牛乳	・精白米・調合油・上白糖 ・片栗粉・さつまいも ・マヨドレ・いりごま ・ビスケット・スパゲティ	・なす・たまねぎ・きゅうり ・キャベツ・にんじん ・バナナ・ピーマン ・マッシュルーム・トマトケチャップ
12金	麦茶 せんべい	ご飯 肉じゃが ひじきサラダ 鮭とたまねぎのすまし汁 デザート	牛乳 マカロニきんこ	・ふたもも肉・牛乳 ・きな粉 ・ヨーグルト	・精白米・じゃがいも・調合油 ・砂糖・マヨドレ・いりごま ・車ふ・せんべい・マカロニ	・にんじん・たまねぎ・グリーンピース ・ごぼう・乾ひじき・れんごん ・絹さや
13土	麦茶 ウエハース	ツナトマトスパゲティ ホトフ デザート	牛乳 ヨーグルト ソフトせんべい	・まぐろ水煮缶詰 ・ヨーグルト ・牛乳・ヨーグルト	・スパゲティ ・調合油・じゃがいも ・ウエハース・せんべい	・たまねぎ・ホールトマト・にんじん ・グリーンピース・オレンジ
						
16火	麦茶 ソフトせんべい	ご飯 厚揚げの中華炒め コーンとわかめのサラダ 小松菜と大根の味噌汁 デザート	牛乳 青のりすなっ麩	・厚揚げ ・ふたもも肉 ・焼き竹輪・油揚げ ・淡色辛みそ・牛乳	・精白米・じゃがいも ・板こんにやく・調合油 ・上白糖・車ふ ・マーガリン	・にんじん・いんげん ・わかめ・コーン ・キャベツ・ほうれんそう・長ねぎ ・オレンジ・あおのり
17水	麦茶 クラッカー	ご飯 豚肉のしょうが焼き ナムル ネギときのこの味噌汁 デザート	牛乳 やきそば	・ぶた肉 ・淡色辛みそ・牛乳	・精白米・調合油・上白糖 ・ごま油・むぎごま ・クラッカー ・中華めん	・しょうが・たまねぎ・青ピーマン ・にんじん・ほうれんそう ・りょくとうもやし・わけぎ・キャベツ ・ぶなめし・えのきたけ・パイナップル
18木	麦茶 ビスケット	ご飯 鶏肉のトマト煮 切干大根のサラダ わけぎと豆腐の味噌汁 デザート	牛乳 かぼちゃのケーキ	・鶏肉 ・ソーセージ・木綿豆腐 ・淡色辛みそ・牛乳 ・豆乳	・精白米・いりごま ・ごま油・ビスケット ・マーガリン・薄力粉	・たまねぎ・トマト缶・りんご ・切干しだいこん・きゅうり ・にんじん・りょくとうもやし ・わけぎ・ほうれんそう・かぼちゃ
19金	麦茶 せんべい	食パン つくね焼き フレンチサラダ たまねぎと南瓜のスープ デザート	牛乳 きんぴらおにぎり	・鶏ひき肉・牛乳 ・豆乳	・食パン・じゃがいも・調合油 ・せんべい・上白糖 ・精白米・いりごま・ごま油	・ほうれんそう・たまねぎ ・トマトケチャップ・キャベツ ・にんじん・きゅうり・みかん缶 ・かぼちゃ・バナナ・ごぼう
20土	麦茶 ビスケット	メキンカンライス 豆腐の洋風スープ デザート	牛乳 ゼリー ソフトせんべい	・ぶたひき肉・木綿豆腐 ・牛乳	・精白米・マーガリン ・調合油・じゃがいも ・ビスケット・せんべい	・たまねぎ・にんじん・コーン缶 ・グリーンピース・しいたけ ・ほうれんそう・りんご
22月	麦茶 せんべい	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ ふと小松菜の味噌汁 デザート	牛乳 チーズクッキー	・絹ごし豆腐・ぶたひき肉 ・淡色辛みそ・淡色辛みそ ・牛乳 ・バルメザンチーズ	・精白米・上白糖・片栗粉 ・緑豆はるさめ・ごま油・板ふ ・せんべい・薄力粉 ・マーガリン	・にんにく・しょうが・にんじん ・たまねぎ・長ねぎ・にら・キャベツ ・きゅうり・こまつな・みかん缶
23火	麦茶 せんべい	ご飯 ハンバーグ ポテトサラダ ブロッコリーのスープ デザート	牛乳 誕生日ホットケーキ	・ぶたひき肉・鶏ひき肉 ・魚肉ソーセージ ・牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・調合油・パン粉 ・じゃがいも・マヨドレ ・せんべい・薄力粉 ・マーガリン	・にんじん・たまねぎ・コーン ・グリーンピース・トマトケチャップ ・きゅうり・ブロッコリー ・黄桃缶・いちごジャム
24水	麦茶 ビスケット	ご飯 焼き鮭のおろしポン酢かけ 大豆の五目煮 たまねぎと水菜の味噌汁 デザート	牛乳 きな粉蒸しパン	・さけ・大豆水煮缶詰 ・淡色辛みそ・乳酸菌飲料 ・牛乳・きな粉 ・豆乳	・精白米・板こんにやく ・調合油・ビスケット ・薄力粉・マーガリン ・砂糖	・おろしだいこん・にんじん・ごぼう ・れんごん・いんげん・みずな ・たまねぎ
25木	麦茶 クラッカー	ご飯 ハヤシライス マカロニサラダ たまねぎとえのきのスープ デザート	麦茶 ヨーグルトボンチ	・ぶた肉 ・ヨーグルト	・精白米・調合油 ・マカロニ ・クラッカー ・砂糖	・たまねぎ・にんじん・えのき・みかん缶 ・マッシュルーム・にんにく・トマト ・トマトピューレ・キャベツ・バナナ ・きゅうり・にんじん・コーン缶
26金	麦茶 ウエハース	きつねうどん 鶏肉のごまみそ焼き キャベツとえのきの磯部和え デザート	牛乳 ヨーバターおにぎり	・油揚げ・若鶏むね ・淡色辛みそ・ヨーグルト ・牛乳・乳酸菌飲料	・うどん ・いりごま・砂糖・ウエハース ・精白米・マーガリン	・えのき・りょくとうもやし ・のきたけ・にんじん・青のり ・キャベツ・コーン・長ねぎ
27土	麦茶 せんべい	しゃんしゃんうどん 中華風コンソメスープ デザート	牛乳 ヨーグルト ソフトせんべい	・ぶたひき肉・淡色辛みそ ・牛乳・ヨーグルト	・うどん・調合油・上白糖 ・ごま油・片栗粉 ・せんべい	・しょうが・にんにく・長ねぎ ・にんじん・ピーマン・たまねぎ ・コーン・チンゲンサイ・オレンジ
29月	麦茶 クラッカー	ご飯 チキンカレー 温野菜サラダ オクラスープ デザート	牛乳 きな粉すなっ麩	・若鶏もも ・牛乳・きな粉	・精白米・じゃがいも ・さつまいも・マヨドレ ・クラッカー・調合油 ・上白糖・車ふ	・にんじん・たまねぎ ・トマトケチャップ・ブロッコリー ・オクラ・レタス・コーン ・パイナップル
30火	麦茶 ビスケット	ご飯 れんごんと豚肉の炒め煮 野菜の納豆和え 小松菜としめじの味噌汁 デザート	牛乳 にんじんケーキ	・ぶたもも肉・納豆 ・削り節・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・調合油・砂糖 ・ビスケット・薄力粉 ・有塩バター	・れんごん・絹さや・こまつな ・にんじん・りょくとうもやし ・しめじ・りんご・にんじん
31水	麦茶 せんべい	麦ご飯 鶏肉の香味焼き ひじきのサラダ じゃがいもとキャベツの味噌汁 デザート	牛乳 ツナマヨトースト	・鶏もも肉 ・淡色辛みそ ・牛乳 ・まぐろ水煮	・精白米・押麦 ・ごま油・いりごま・砂糖 ・じゃがいも・せんべい ・食パン・マヨドレ	・しょうが・長ねぎ・にんじん ・乾ひじき・きゅうり・キャベツ ・たまねぎ・オレンジ

	エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	塩 分
基準栄養量	555kcal	20.5g	14.5g	300mg	2.8mg	250μg	0.24mg	0.40mg	20mg	4.1g	1.7g
今月の平均栄養量	503kcal	20.5g	15.0g	213mg	2.2mg	184μg	0.34mg	0.35mg	24mg	5.4g	2.0g

※ 食材の調達状況により、メニュー変更になる場合があります