

7月予定および献立表



令和6年6月21日(金曜日)
堀江敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	月	体育あそび 身体測定 体操服登園	さつぱり梅から揚げ 胡麻和え 味噌汁	鶏肉、梅、片栗粉、醤油、みりん、酢、酒 キャベツ、きゅうり、人参、ごま、醤油、三温糖 油揚げ、玉ねぎ、青葱、みそ	●ポパイケーキ HM、牛乳、ほうれん草、砂糖 ●牛乳
2	火	E~たいむ 身体測定	豚肉とごぼうの甘辛丼 大豆サラダ 味噌汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、切り干し大根、しらたき、青葱、酒、醤油、みりん、三温糖 大豆、キャベツ、きゅうり、人参、酢、醤油、三温糖 じゃがいも、わかめ、青葱、味噌	●カレーチーズトースト 食パン、カレー粉、マヨドレ、チーズ、砂糖 ●牛乳
3	水	歯科検診	白身魚の野菜あんかけ ハムサラダ ビーフンスープ	鯛、玉ねぎ、人参、もやし、ピーマン、醤油、中華だし、片栗粉 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、コーン、酢、三温糖、醤油 ビーフン、玉ねぎ、椎茸、青梗菜、中華だし、醤油、酒、ごま油	冷やしぜんざい さつまいも、小豆、砂糖 ●牛乳
4	木	七夕の集い	豚肉のしょうが焼き おかか和え 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、生姜、酒、みりん、醤油、三温糖 ほうれん草、白菜、人参、糸かつお、みりん、醤油、三温糖 豆腐、しめじ、青葱、みそ	アメリカンドッグ HM、ウインナー ●牛乳
5	金		★七夕そうめん そぼろ煮 フルーツ	そうめん、豚肉、きゅうり、オクラ、トマト、錦糸卵、みりん、醤油、三温糖、酒 鶏ミンチ、じゃがいも、さつまいも、いんげん、酒、醤油、三温糖、片栗粉 黄桃缶	七夕ゼリー サイダー、砂糖、シロップ、アガー、レモン果汁、寒天 せんべい(星たべよ) ●牛乳
6	土	夏まつり	チキンピラフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、コンソメ、塩 ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、酢、醤油、三温糖 じゃが芋、しめじ、コンソメ、塩	おからクッキー HM、おから、砂糖、豆乳、油 ●牛乳
7	日				
8	月	体育あそび シーツ交換 (いぬ)	★三色丼 切干大根の酢の物 ワンタンスープ	鶏ミンチ、錦糸卵、いんげん、生姜、酒、みりん、醤油、三温糖 切干大根、人参、きゅうり、カニカマ、酢、三温糖、醤油 豚ミンチ、餃子の皮、玉ねぎ、干し椎茸、白菜、人参、ニラ、中華だし、醤油、酒、ごま油	うどん うどん、かまぼこ、油揚げ、青葱、みりん、醤油 ●牛乳
9	火	E~たいむ シーツ交換 (くま)	ハヤシライス ツナサラダ ゼリー	牛肉、玉ねぎ、人参、ルウ、トマトピューレ ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、酢、三温糖、醤油 ミニゼリー	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、みかん、バナナ、砂糖 ★●パームクーヘン
10	水	シーツ交換 (りす) プール開き	★●和風ハンバーグ カニカマサラダ 味噌汁	合いびきミンチ、玉ねぎ、牛乳、パン粉、卵、大根、ボン酢、みりん、醤油、酢、三温糖、酒 カニカマ、キャベツ、きゅうり、人参、酢、醤油、三温糖、ごま油 油揚げ、ほうれん草、青葱、みそ	フライドポテト フライドポテト、塩、青のり ●牛乳
11	木	シーツ交換 (うさぎ) しいたけ狩り (きりん)	豚肉のしぐれ煮 磯和え 味噌汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん、酒、みりん、三温糖、醤油、生姜 ほうれん草、白菜、人参、のり、みりん、醤油、三温糖 かぼちゃ、しめじ、青葱、みそ	●ココア蒸しパン HM、牛乳、ココア、砂糖 ●牛乳
12	金	シーツ交換 (ひよこ)	鯖の味噌煮 かみかみサラダ すまし汁	鯖、味噌、酒、みりん、三温糖、生姜 きゅうり、ごぼう、人参、さきいか、マヨドレ、醤油、ごま 豆腐、えのき、かまぼこ、三つ葉、酒、醤油、塩	●もちもちドーナツ HM、牛乳、白玉粉、砂糖 ●牛乳
13	土	家庭の日	炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉、玉ねぎ、人参、青葱、醤油、中華だし、ごま油 きゅうり、人参、もやし、ごま油、酢、三温糖、醤油 大根、青梗菜、青葱、中華だし、酒、醤油	★●スイートブール ロールパン、薄力粉、砂糖、バター、卵 ●牛乳
14	日				
15	月	海の日			
16	火	E~たいむ	●パン /フルーツ ●ビーフシチュー コールスローサラダ	パン /パイン缶 牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、コーン、人参、レーズン、酢、三温糖、醤油	鯖缶の炊き込みご飯 鯖缶、しめじ、人参、油揚げ、醤油、酒、みりん、塩昆布 ●牛乳

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
17	水	体育あそび 避難訓練 りす生活ビデオ オ試写	鶏肉の照り焼き /付野菜 ポテトサラダ 味噌汁	鶏肉 / ブロッコリー、青じそドレ じゃが芋、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ 玉ねぎ、なす、青葱、みそ	●シナモン揚げパン ロールパン、シナモン、砂糖 ●牛乳
18	木	うさぎ組 生活ビデオ 試写	鮭の西京焼き 切り干し大根煮 ★かきたま汁	鮭、味噌、三温糖、みりん、酒 切り干し大根、人参、しらたき、竹輪、いんげん、みりん、三温糖、醤油 卵、豆腐、三つ葉、醤油、塩、酒	★お好み焼き お好み焼き粉、卵、キャベツ、豚肉、青のり、醤油、ソース ●牛乳
19	金	お習字 ひよこ組 生活ビデオ 試写	●肉団子の甘酢あん ナムル 坦々スープ	肉団子、ケチャップ、三温糖、酢、酒、醤油、片栗粉 ほうれん草、人参、もやし、醤油、三温糖、酢、ごま、ごま油 豚ミンチ、人参、もやし、えのき茸、豆腐、青葱、みそ、塩、ごま油、コンソメ	●オレンジケーキ HM、牛乳、マーマレード ●牛乳
20	土		カレーピラフ コーンサラダ オニオンスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、コンソメ、カレー粉 キャベツ、コーン、人参、胡瓜、酢、三温糖、醤油 玉葱、えのき、コンソメ	●シリアルクッキー HM、バター、砂糖、牛乳、コーンフレーク、チョコレート ●牛乳
21	日				
22	月	シーツ交換 (いぬ)	鶏肉のノルウェー風/付野菜 じゃこサラダ クリームコーンのスープ	鶏肉、ケチャップ、片栗粉、ウスターソース、三温糖、/ブロッコリー、青じそドレ ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参、酢、醤油、三温糖 クリームコーン缶、玉ねぎ、青葱、醤油、塩、中華だし	●お麩ラスク お麩、マーガリン、砂糖 ●牛乳
23	火	シーツ交換 (くま)	豚丼 ひじき煮 味噌汁	豚肉、玉葱、しらたき、青葱、酒、みりん、三温糖、醤油、 ひじき、大豆、人参、しらたき、いんげん、みりん、醤油、三温糖 キャベツ、もやし、青葱、みそ	●とうもろこし とうもろこし ●牛乳
24	水	誕生会 シーツ交換 (りす)	夏野菜カレー キャベツとパインのサラダ ゼリー	合挽ミンチ、玉ねぎ、人参、なす、南瓜、じゃがいも、トマト、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン、醤油、三温糖、酢 ミニゼリー	★●バースディケーキ スポンジ、豆乳ホイップ、みかん缶、キウイ ●牛乳
25	木	シーツ交換 (うさぎ)	肉じゃが 酢の物 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しらたき、いんげん、みりん、酒、三温糖、醤油 きゅうり、人参、大根、ちりめんじゃこ、酢、三温糖、醤油 豆腐、えのき、青葱、みそ	●ホイップサンド 食パン、豆乳ホイップ、砂糖 ●牛乳
26	金	シーツ交換 (ひよこ)	★冷やし中華 春巻き フルーツ	中華麺、豚肉、きゅうり、トマト、錦糸卵、タレ 春巻きの皮、春雨、たけのこ、鶏肉 オレンジ	かやくご飯 鶏肉、しいたけ、人参、ごぼう、酒、醤油、みりん ●牛乳
27	土	家庭の日	チキンライス グリーンサラダ わかめスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、コンソメ、ケチャップ ブロッコリー、人参、コーン、キャベツ、酢、三温糖、醤油 えのき、わかめ、中華だし、醤油	★●どら焼き HM、牛乳、砂糖、卵、こしあん ●牛乳
28	日				
29	月		わかめご飯 / 鱈の南蛮漬け 白和え 味噌汁	わかめ / 鱈、玉ねぎ、人参、ピーマン、酢、三温糖、醤油、ごま油、片栗粉 豆腐、白菜、ほうれん草、人参、椎茸、こんにゃく、ごま、醤油、三温糖、みそ じゃが芋、玉ねぎ、青葱、みそ	●マシュマロおこし フルグラ、マーガリン、マシュマロ ●牛乳
30	火	E~たいむ	豚肉のブルコギ炒め マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、春雨、玉ねぎ、人参、青梗菜、ごま、生姜、みりん、醤油、三温糖 ツナ、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ もやし、しめじ、青葱、みそ	●ツナサンド 食パン、ツナ、マーガリン、マヨドレ ●牛乳
31	水		麻婆丼 ばんさんすう サンラータン	豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、ニラ、甜麺醬、オイスターソース、みそ、酒、三温糖、鶏がら、片栗粉 ハム、きゅうり、人参、もやし、ごま油、酢、三温糖、醤油 豚肉、白菜、人参、筍、干し椎茸、春雨、青葱、中華だし、醤油、酢、片栗粉	●プリン ●ココナッツサブレ ●牛乳

■献立の内容は、仕入れの状況により、若干変更する場合があります。

■アレルギー対応をされているお子さんと、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	レチル活性 μg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
平均	583	19.2	16.3	223	2.0	178	0.38	0.37	19	4.5	1.5
基準値	511	23.0	15.0	231	2.2	184	0.28	0.32	20	0.0	1.4



乳児朝おやつ

月…エースコイン
火…ハーベスト
水…アンパンマンせんべい

木…アスパラガスビスケット
金…どうぶつビスケット
土…ビスコ

