



7月予定及び献立表



2024年6月20日
 こどもの園敬愛保育園
 ♪印は卵、●印は乳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	習字(きりん)	さっぱり梅から揚げ 大豆サラダ みそ汁	鶏肉、梅、のり 大豆、キャベツ、胡瓜、人参 油揚げ、玉葱、青葱、みそ	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
2	火	避難訓練	豚肉とごぼうの甘辛丼 ごま和え みそ汁	豚肉、ごぼう、玉葱、切干大根、白滝、青葱 キャベツ、人参、平天、ごま じゃが芋、わかめ、みそ	冷やしぜんざい(さつま芋) ●牛乳
3	水	体育あそび(幼児) シーツ交換(乳児)	白身魚の野菜あんかけ ツナサラダ ビーフンスープ	鯛、玉葱、人参、もやし、ピーマン ツナ、キャベツ、胡瓜、人参 ビーフン、玉葱、干椎茸、青梗菜	●ホイップサンド(豆乳ホイップ&マーメレード) ●牛乳
4	木	水あそびはじまり シーツ交換(幼児)	焼肉 おかか和え みそ汁	牛肉、玉葱、人参、ピーマン、キャベツ、みそ、ソース、りんご、ごま ほうれん草、白菜、人参、花かつお 豆腐、しめじ、青葱、みそ	★●アメリカンドッグ ●牛乳
5	金	E~たいむ スイミング(きりん)	★●七夕そうめん かぼちゃのそぼろ煮 フルーツ	そうめん、ハム、胡瓜、トマト、錦糸卵、オクラ 豚ひき肉、南瓜、いんげん すいか	七夕ゼリー せんべい ●牛乳
6	土		●チキンライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、コーン、バター ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、人参 じゃが芋、しめじ、パセリ	★●どら焼き ●牛乳
7	日	お休み			
8	月		鯖のみそ煮 ★かみかみサラダ すまし汁	鯖、みそ 胡瓜、牛蒡、人参、するめ、コーン、マヨネーズ、ごま 豆腐、えのき茸、かまぼこ、三つ葉	★●ツイストパン ●牛乳
9	火		●ハヤシライス ★●ハムサラダ とうもろこし	牛肉、玉葱、人参、マッシュルーム、ルウ ハム、キャベツ、胡瓜、人参 とうもろこし	●フルーツヨーグルト ★●バームクーヘン
10	水	Jリーグアカデミー(いぬ・きりん)	豚肉のしぐれ煮 磯和え みそ汁	豚肉、牛蒡、玉葱、人参、白滝、いんげん 小松菜、白菜、人参、のり かぼちゃ、しめじ、青葱、みそ	フライドポテト ●牛乳
11	木	乳児ビデオ参観	★三色丼 ゼリー 切干大根の酢の物 ワンタンスープ	錦糸卵、鶏ひき肉、いんげん ゼリー 切干大根、人参、胡瓜、カニカマ 豚ひき肉、餃子の皮、玉葱、干椎茸、白菜、人参、ニラ	うどん
12	金	E~たいむ スイミング(きりん)	★●和風ハンバーグ カニカマサラダ みそ汁	合挽肉、玉葱、パン粉、卵、牛乳、大根、ポン酢 カニカマ、キャベツ、胡瓜、人参 油揚げ、ほうれん草、みそ	●もちもちドーナツ ●牛乳
13	土		炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉、玉葱、人参、青葱 ささみ、胡瓜、人参、もやし、ごま油 大根、青梗菜、青葱	わらび餅風ゼリー せんべい ●牛乳
14	日	お休み			
15	月	海の日			
16	火		鶏肉の照り焼き 切干大根煮 ★かきたま汁	鶏肉 ブロッコリー 切干大根、人参、白滝、平天、いんげん 卵、豆腐、三つ葉	★●カレーマヨチーズトースト ●牛乳
17	水	体育あそび(幼児) シーツ交換(乳児)	鮭のエスカパージュ ★ポテトサラダ きのこスープ	鮭 玉葱、胡瓜、人参 ツナ、じゃが芋、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ えのき、しめじ、玉葱、パセリ	●お麩ラスク(きなこ) ●牛乳

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
18	木	シーツ交換(幼児)	★●パン フルーツ ●ビーフンチュー コールスローサラダ	パン 黄桃 牛肉、玉葱、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、胡瓜、パプリカ、レーズン	鯖缶の炊き込みご飯
19	金		●肉団子の甘酢あん・付野菜 ナムル 坦々スープ	肉団子 キャベツ、ゆかり ほうれん草、人参、もやし、ごま油 豚ひき肉、人参、もやし、えのき茸、豆腐、青葱、みそ	●シリアルクッキー ●牛乳
20	土		焼きそば風スパゲティー グリーンサラダ みそ汁	スパゲティー、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、もやし ブロッコリー、キャベツ、人参、コーン 麩、わかめ、みそ	菜飯おにぎり
21	日				
22	月	習字(きりん)	鶏肉のノルウェー風・付野菜 キャベツとパインのサラダ クリームコーンのスープ	鶏肉、ケチャップ ミントマト キャベツ、胡瓜、パイン缶、レーズン クリームコーン缶、玉葱、青葱	●マシュマロおこし ●牛乳
23	火	子育て相談室	豚肉のプルコギ炒め ★マカロニサラダ みそ汁	豚肉、春雨、玉葱、人参、青梗菜、ごま ツナ、マカロニ、胡瓜、人参、マヨネーズ もやし、しめじ、青葱、みそ	★●お好み焼き ●牛乳
24	水	誕生会	夏野菜カレー じゃこサラダ ●パインヨーグルト	合挽肉、玉葱、人参、なす、南瓜、じゃが芋、トマト、ルウ ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、パプリカ ヨーグルト、パイン	★●パースディケーキ ●牛乳
25	木		わかめご飯 鱈の南蛮漬 白和え みそ汁	わかめ 鱈、玉葱、人参、ピーマン 豆腐、白菜、ほうれん草、人参、椎茸、ごま じゃが芋、玉葱、青葱、みそ	★●ツナマヨサンド ●牛乳
26	金	お泊り保育(きりん)	炊き込みかしわ酢飯 ひじき煮 豚汁	鶏肉、人参、油揚げ、ごぼう、絹さや ひじき、大豆、人参、平天、白滝、いんげん 豚肉、ごぼう、人参、大根、さつま芋、油揚げ、青葱、みそ	フルーツゼリー ●ビスケット ●牛乳
27	土	お泊り保育(きりん)	豚丼 お浸し すまし汁	豚肉、玉葱、白滝、青葱 キャベツ、えのき、人参 豆腐、わかめ、青葱	★●ホットケーキ ●牛乳
28	日	お休み			
29	月		★●冷やし中華 揚げギョーザ フルーツ	中華麺、焼き豚、胡瓜、トマト、錦糸卵 餃子 オレンジ	かやくご飯
30	火		肉じゃが 酢の物 みそ汁	牛肉、玉葱、人参、じゃが芋、白滝、干椎茸、いんげん 胡瓜、人参、大根、ちりめんじゃこ キャベツ、もやし、青葱、みそ	●揚げパン ●牛乳
31	水		麻婆丼 ★●ばんさんすう サンラータン	豚ひき肉、豆腐、玉葱、ニラ、甜麵醬 ハム、胡瓜、人参、もやし、ごま油 豚肉、白菜、人参、筍、干し椎茸、春雨	●プリン風ゼリー ●ココナッツサブレ ●牛乳

◆乳児は朝のおやつにおせんべい等を提供しています。
 ◆献立内容は、仕入れ等の状況により、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で、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
 ※6・7・8月は、衛生上、毎週土曜日 幼児も給食です。

今月の一人当たりの栄養素(3歳児以上)

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(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)
基準	594	22.3	16.5	225	2.4	203	0.32	0.36	20	3.5	1.6未満
平均	590	20	17.8	260	2	192	0.39	0.43	21	4.4	1.6