

献立予定表 7月上旬

今月の目標:水分補給をしっかりと取りましょう。

2023年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 土	ごはん はんぺん 煮物	鶏肉の照焼き とろろてんサラダ、パイン缶 アンパンマンポテト スープ(ふのり・万能葱)	油、ごま油 アンパンマンポテト	若鶏もも皮なし 魚肉ソーセージ	玉葱、しめじ とろろてん、きゅうり レタス、ふのり 万能葱、パイン缶	麦茶 クッキー	牛乳 かりんとう
2 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
3 月	ごはん チンゲン菜 のり和え	中華丼 フレンチサラダ ミートボール バナナ、麦茶	フレンチドレッシング ごま油 片栗粉	エビ、豚肩ロース うずら卵水煮缶 ミートボール	白菜、人参 玉葱、ピーマン コーン缶、きゅうり レタス、バナナ	麦茶 せんべい	りんご ジュース クラッカー
4 火	ごはん コーン 煮物	揚げ豆腐の野菜あんかけ もやしの酢の物 エビシュウマイ、黄桃缶 すまし汁(卵・わかめ)	片栗粉 油	豚ひき肉 エビシュウマイ 焼き豆腐 卵	人参、玉葱、ピーマン もやし、きゅうり わかめ 黄桃缶	麦茶 ウエハース	麦茶 せんべい
5 水	ごはん いんげん 煮物	ハヤシライス マカロニサラダ チキンナゲット オレンジ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ マカロニ	豚肩ロース、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ チキンナゲット	人参、玉葱 きゅうり、レタス グリーンピース オレンジ	麦茶 クラッカー	牛乳 クッキー
6 木	ごはん チーズ	ソーセージパン粉焼き 切干大根煮物、洋梨缶 きゅうりのごま和え 味噌汁(玉葱・えのき茸)	パン粉、小麦粉 油	魚肉ソーセージ ごま、卵 油揚げ	切干大根、人参 しいたけ、きゅうり もやし、洋梨缶 玉葱、えのき茸	麦茶 ビスケット	麦茶 揚げ菓子
7 金 ★七夕★ ★お誕生会★	七夕そうめん 星形ポテトフライ 唐揚げサラダ スイカ		そうめん、油 じゃが芋、片栗粉 マヨネーズ	若鶏もも皮なし 錦糸卵 ロースハム	人参、オクラ きゅうり、レタス スイカ	麦茶 クッキー	キラキラ ゼリー
8 土	ごはん とろろてん	ハンバーグ ひじきの煮物、ふりかけ キャベツサラダ、パイン缶 すまし汁(人参・玉葱)	マヨネーズ 糸こんにゃく	豚ひき肉 油揚げ	ひじき、しいたけ 人参、きゅうり、コーン缶 キャベツ、玉葱 ふりかけ、パイン缶	麦茶 せんべい	ヤクルト ビスケット
9 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
10 月	ごはん ちくわ 煮物	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ ウインナー オレンジ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース 脱脂粉乳 ウインナー	人参、玉葱、コーン缶 なす、ピーマン ブロッコリー オレンジ	麦茶 ウエハース	牛乳 クッキー
11 火	おにぎり 	豚汁 スパゲティサラダ 鶏肉団子ケチャップ煮 バナナ	サラスパ マヨネーズ	豚バラ肉、焼き豆腐 鶏肉団子 魚肉ソーセージ ごま	白菜、人参、しめじ 玉葱、レタス きゅうり、バナナ 長葱	麦茶 クラッカー	麦茶 お好み焼き
12 水	ごはん ほうれん草 おかか和え	カレイの竜田揚げ ラーメンサラダ 茹で卵、ミニトマト 味噌汁(白菜・人参)	茹で中華麺 ごま油 油、片栗粉 ごまドレッシング	カレイ、卵 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり ミニトマト 白菜、人参	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
13 木	ごはん 粉ふき芋	親子煮 ごぼうサラダ チキンナゲット みかん缶、麦茶	マヨネーズ	若鶏もも皮なし 卵、焼き豆腐 チキンナゲット ごま	白菜、玉葱 人参、長葱、しめじ ごぼう、きゅうり みかん缶	麦茶 クッキー	牛乳 クラッカー
14 金	ごはん ひじき 煮物	麻婆なす レタスツナサラダ カニシュウマイ、キウイ スープ(小松菜・えのき茸)	ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉 カニシュウマイ ツナ缶	なす、人参、ピーマン レタス、玉葱 きゅうり、キウイ 小松菜、えのき茸	麦茶 せんべい	ヨーグルト 揚げ菓子
15 土	ごはん さんま缶	肉豆腐 もやしのナムル かまぼこ、洋梨缶 味噌汁(大根・なめこ)	油、ごま油 片栗粉	豚肩ロース 豆腐、ごま かまぼこ	ニラ、玉葱、人参 もやし、きゅうり なめこ、大根 洋梨缶	麦茶 ウエハース	麦茶 ビスケット
16 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						



献立予定表 7 月 下 旬

今月の目標:水分補給をしっかりと取りましょう。

2023年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
17月		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。					
18火	ごはん 大根煮物	コーンシチュー ほうれん草サラダ ミートボール オレンジ、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ	ベーコン、脱脂粉乳 ミートボール 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、コーン缶 グリーンピース ほうれん草、キャベツ オレンジ	麦茶 クラッカー	りんご ジュース クッキー
19水	ごはん 白菜 お浸し	けんちん汁 ポテトサラダ ポークピッツ オクラ納豆、黄桃缶	じゃが芋 マヨネーズ	若鶏もも皮なし 焼き豆腐、ポークピッツ ひきわり納豆 魚肉ソーセージ	人参、大根 しめじ、長葱 きゅうり、コーン缶 オクラ、黄桃缶	麦茶 ビスケット	牛乳 クリーム ワッフル
20木	ごはん チンゲン菜 おかか和え	カニ卵焼き なすのミートスパゲティ チーズ、メロン、ふりかけ スープ(もやし・油揚げ)	サラスパ バター	カニふぶき 卵、豚ひき肉 油揚げ チーズ	玉葱、人参、なす ふりかけ 万能葱、もやし メロン	麦茶 クッキー	麦茶 揚げ菓子
21金	ごはん 枝豆	クリームコロッケ 小松菜と油揚げの炒り煮 きゅうりツナサラダ、パイン缶 味噌汁(玉葱・わかめ)	油、小麦粉 パン粉	牛乳、油揚げ ツナ缶	小松菜、えのき茸 人参、きゅうり もやし、玉葱 わかめ、パイン缶	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
22土	ごはん 鮭缶	春雨の中華炒め ブロッコリーごま和え 肉シュウマイ、洋梨缶 味噌汁(豆腐・なめこ)	春雨、ごま油	豚肩ロース 肉シュウマイ 豆腐、ごま	人参、玉葱、ニラ しいたけ、コーン缶 ブロッコリー なめこ、洋梨缶	麦茶 ウエハース	ゼリー クッキー
23日		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。					
24月	ごはん かぼちゃ 煮物	豚肉の生姜焼き わかめの酢の物 枝豆、バナナ 味噌汁(大根・油揚げ)	油 砂糖	豚肩ロース 油揚げ	玉葱、もやし きゅうり、人参 枝豆、わかめ 大根、バナナ	麦茶 クラッカー	プリン せんべい
25火	ごはん 醤油昆布	麻婆春雨 チンゲン菜ごまサラダ ポークピッツ、みかん缶 スープ(人参・玉葱)	春雨、ごま油 ごまドレッシング	豚ひき肉 ポークピッツ	人参、しいたけ チンゲン菜、キャベツ コーン缶、玉葱 みかん缶	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
26水	ごはん さんま缶	鶏肉のカレー唐揚げ レタスサラダ 大根の煮物、パイン缶 味噌汁(じゃが芋・わかめ)	油、片栗粉 砂糖、マヨネーズ じゃが芋	若鶏もも皮なし 油揚げ	レタス、きゅうり 大根、コーン缶 わかめ、人参 パイン缶	麦茶 クッキー	麦茶 ビスケット
27木	ごはん 白菜 ごま和え	パプリカオムレツ 豚肉と昆布の炒め煮 鮭フレーク、スイカ すまし汁(豆腐・油揚げ)	砂糖、油 糸こんにゃく	卵 豚肩ロース 油揚げ、豆腐 鮭フレーク	ピーマン、パプリカ 昆布、人参 スイカ	麦茶 せんべい	牛乳 かりんとう
28金	ごはん いんげん 煮物	さばの照焼き 小松菜納豆和え パンプキンサラダ、洋梨缶 味噌汁(えのき茸・人参)	マヨネーズ 砂糖	さば ひきわり納豆 ベーコン	小松菜、キャベツ かぼちゃ、人参 えのき茸、洋梨缶	麦茶 ウエハース	アイス クリーム
29土	ごはん コーン 煮物	肉団子、生揚げ煮物 キャベツごまサラダ 黄桃缶、ふりかけ すまし汁(ふのり・万能葱)	油 マヨネーズ	豚ひき肉 生揚げ	万能葱、ふのり きゅうり、キャベツ 人参、黄桃缶 ふりかけ	麦茶 クラッカー	ヨーグルト 揚げ菓子
30日		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。					
31月	ごはん チーズ	豚肉のすき焼き風煮 ブロッコリーカニサラダ うずら卵煮物、オレンジ 味噌汁(玉葱、わかめ)	糸こんにゃく 砂糖、油 マヨネーズ	豚肩ロース うずら卵水煮缶 焼き豆腐 カニふぶき	人参、玉葱、白菜 ブロッコリー わかめ、オレンジ	麦茶 ビスケット	麦茶 クッキー

<給食室から>

*新メニューは、「4日の揚げ豆腐の野菜あんかけ」と「21日の小松菜と油揚げの炒り煮」「31日の豚肉のすき焼き風煮」です。

*7日のお誕生日会は、全員に「七夕そうめん」を提供いたしますので、ごはんの持参は、必要ありません。(3歳以上児)

*11日は、おにぎりを持たせるよう、お願いします。(3歳以上児)

*都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

