

献立予定表

令和5年 7月 つるがしま白百合幼稚園

日 (曜日)	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材料	午後おやつ	材料
1 (土) 15 (土)	せんべい	ごはん	キーマカレー フレンチサラダ マスカットゼリー 牛乳	豚肉 鶏肉 玉葱 人参 キャベツ 加レージ 人参 胡瓜 コーン ツナ マスカットゼリー 寒天 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト バナナ フルーツ缶
3 (月) 19 (水)	せんべい	ごはん	鮭の照り焼き 炒り豆腐 茄子の味噌汁 牛乳	鮭 豆腐 玉葱 人参 鶏肉 椎茸 グリーンピース 茄子 玉葱 牛乳	揚げパン 麦茶	バターロール ココア
4 (火) 20 (木)	ピスケット	麺	冷やしきつねうどん 味噌マヨ和え ベジタブルゼリー 牛乳	うどん カツ 油揚げ 蓮根 胡瓜 人参 鶏肉 枝豆 ゴマ ヨネーズ 野菜ゼリー 寒天 牛乳	じゃが芋ピザ 麦茶	じゃが芋 玉葱 ピーマン チーズ
5 (水) 21 (金)	せんべい	パン	ハムカツ ラタトゥイユ じゃが芋ポタージュ 牛乳	ハム パン粉 茄子 玉葱 人参 鶏肉 ピーマン トマト じゃが芋 玉葱 牛乳	おにぎり 麦茶	ごはん ひじき 鶏肉 ゴマ
6 (木) 24 (月)	ピスケット	ごはん	厚揚げのオイスター炒め 胡瓜とツナの和え物 ワンタンスープ 牛乳	厚揚げ 豚肉 玉葱 人参 ピーマン 椎茸 オイスタースース 胡瓜 カツ カツ ゴマ 葱 鶏肉 カツ なると 牛乳	パンナコッタ 麦茶	牛乳 生クリーム カバー フルーツソース
8 (土) 22 (土)	せんべい	麺	ナポリタン 和風ツナサラダ お豆腐スープ 牛乳	ハーフティ 玉葱 人参 ピーマン サイダー トマト キャベツ 胡瓜 カツ 人参 コーン 削り節 ヨネーズ 豆腐 玉葱 カツ 牛乳	りんごゼリー 麦茶	りんごゼリー 寒天 りんご缶
10 (月) 25 (火)	せんべい	ごはん	タンドリーフィッシュ チャプチエ キャベツの味噌汁 牛乳	さわら ヨーグルト カレー粉 レモン果汁 春雨 鶏肉 もやし 人参 椎茸 ゴマ ブイヨン キャベツ 鮭 牛乳	クラッカーサンド 麦茶	クラッカー こしあん
11 (火) 26 (水)	ピスケット	ごはん	麻婆茄子 もやしの和え物 中華風コーンスープ 牛乳	茄子 豚肉 人参 ピーマン もやし 胡瓜 ハム ゴマ ゴマ油 葱 コーン 卵 水菜 牛乳	味噌ポテト 麦茶	じゃが芋 味噌
12 (水) 27 (木)	せんべい	ごはん	夏野菜カレー わかめサラダ グレープフルーツ 牛乳	じゃが芋 玉葱 茄子 人参 ピーマン 南瓜 鶏肉 カーク キャベツ 胡瓜 カツ カツ コーン ゴマ ゴマ油 グレープフルーツ 牛乳	スラッピージョー 麦茶	ヨーグルト 豚肉 玉葱
13 (木) 28 (金)	クラッカー	ごはん	鶏肉の塩麹唐揚げ 切干大根ナポリタン じゃが芋の味噌汁 牛乳	鶏肉 塩麹 切干大根 玉葱 人参 サイダー ピーマン トマト チーズ じゃが芋 玉葱 牛乳	パインゼリー 麦茶	パインゼリー カバー パイン缶
14 (金) 29 (土)	せんべい	麺	焼きそば 揚げしゅうまい トマトとオクラのスープ バナナ／牛乳	焼きそば 麺 キャベツ 豚肉 もやし 人参 ピーマン しゅうまい (コウガイの皮 キャベツ 鶏肉) トマト 玉葱 カラブ 牛乳	おにぎり 麦茶	ごはん カレーハンソム ゴマ
18 (火) 31 (月)	せんべい	ごはん	豚肉の卵とじ煮 胡瓜のなめ茸和え 豆腐の味噌汁 牛乳	豚肉 玉葱 卵 ほうれん草 胡瓜 カツ なめ茸 豆腐 葱 油揚げ 牛乳	麦茶わらび餅 麦茶	麦茶 きな粉
7 (金)	せんべい		お誕生日会メニュー	トマトソース バター/鶏肉 豚肉 玉葱 大根 胡瓜 人参 ハム ゴマ油 素麺 カラブ 鮭 牛乳	七夕ジャムサンド 麦茶	食パン バター ジャム

*都合により、多少献立を変更する場合があります。ご了承ください。

～お誕生日会メニュー～

- ★コーンごはん
- ★星型ハンバーグ
- ★短冊サラダ
- ★七夕にゅうめん ★牛乳

今月の平均栄養摂取量	エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)
3歳未満児	379	14.5
3歳以上児(昼食のみ)	354	15.6
3歳以上児(昼食+午後おやつ)	441	17.6