

献立予定表

令和6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 (月)	17 (水)	せんべい	ごはん	豚肉カレー炒め おくらのツナマヨ和え もやしの味噌汁 牛乳	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン 加粉 カウ 胡瓜 コーン ツナ マヨネーズ もやし 油揚げ 牛乳	麦茶わらび餅 麦茶	麦茶 きな粉
2 (火)	19 (金)	ビスケット	ごはん	鮭フライ じゃが芋そぼろ煮 すまし汁 牛乳	鮭 パン粉 じゃが芋 鶏肉 人参 椎茸 グリーンピース 水菜 麩 牛乳	のりトースト 麦茶	食パン 青のり マヨネーズ
3 (水)	22 (月)	せんべい	麺	塩焼きそば しゅうまい 卵スープ 牛乳	焼きそば麺 キャベツ 豚肉 もやし 人参 ピーマン しょう油 しゅうまい(しょうまいの皮 キャベツ 鶏肉) 玉葱 卵 かつ 牛乳	ししじゅーしー 麦茶	ごはん 豚肉 人参 椎茸 昆布
4 (木)	23 (火)	せんべい	ごはん	酢鶏 もやしの和え物 えのきとキャベツのスープ 牛乳	鶏肉 玉葱 人参 筍 椎茸 ピーマン もやし 胡瓜 人参 マヨネーズ キャベツ えのき茸 ウイナー 牛乳	ポテトフライ 麦茶	じゃが芋
6 (土)	20 (土)	せんべい	麺	スパゲティナポリタン 鶏肉の照り焼き 貝だくさんスープ 牛乳	パゲティ 玉葱 人参 ピーマン ウイナー 鶏肉 じゃが芋 キャベツ 玉葱 人参 牛乳	りんごゼリー 麦茶	りんごジュース 寒天
8 (月)	24 (水)	せんべい	ごはん	赤魚塩麹焼き 大根とさつま揚げの煮物 茄子の味噌汁 牛乳	赤魚 塩麹 大根 人参 さつま揚げ 蒟蒻 椎茸 茄子 油揚げ 牛乳	杏仁豆腐 麦茶	牛乳 寒天 みかん缶 フルーツ缶
9 (火)	25 (木)	ビスケット	ごはん	麻婆茄子 胡瓜のなめ茸和え かき玉味噌汁 牛乳	茄子 豚肉 人参 ピーマン 胡瓜 かつ なめ茸 玉葱 水菜 卵 牛乳	バナナブレッド 麦茶	バナナ 卵 ヨーグルト フルーツミックス
10 (水)	26 (金)	せんべい	パン	鶏肉のレモンバジル焼き ジャーマンポテト コンソメスープ 牛乳	鶏肉 バジル レモン果汁 じゃが芋 玉葱 ウイナー ピーマン コーン キャベツ 玉葱 人参 牛乳	わかめごはん 麦茶	ごはん わかめごはん素
11 (木)	30 (火)	クッキー	ごはん	ぎせい豆腐 ひじきの酢の物 じゃが芋の味噌汁 牛乳	豆腐 鶏肉 卵 人参 椎茸 グリーンピース ひじき 人参 もやし 胡瓜 じゃが芋 玉葱 牛乳	スラッピージョー 麦茶	ロースト 豚肉 玉葱
12 (金)	31 (水)	せんべい	ごはん	トマトカレー わかめサラダ バナナ 牛乳	鶏肉 豚肉 玉葱 茄子 ピーマン トマト 加粉 キャベツ 胡瓜 かつ ツナ コーン マヨネーズ バナナ 牛乳	じゃが芋ピザ 麦茶	じゃが芋 玉葱 ウイナー ピーマン チーズ
13 (土)	27 (土)	せんべい	麺	冷やし中華 チーズ入りいも餅 とうもろこし 牛乳	中華麺 卵 胡瓜 人参 じゃが芋 チーズ とうもろこし 牛乳	みかんゼリーアイス 麦茶	みかんジュース みかん缶
16 (火)	29 (月)	ビスケット	ごはん	油淋鶏 チャプチェ 豆腐の味噌汁 牛乳	鶏肉 葱 春雨 豚肉 もやし 人参 椎茸 コーン マヨネーズ 豆腐 ほうれん草 油揚げ 牛乳	カルピスゼリー 麦茶	加パン 寒天
18 (木)	/	せんべい	麺	冷やしうどん 甘辛ウインナー ほうれん草の和え物 牛乳	うどん 茄子 油揚げ ウイナー ほうれん草 人参 人参 卵 マヨネーズ 牛乳	焼きおにぎり 麦茶	ごはん
5 (金)	/	せんべい	お誕生会メニュー		ゆめ豆乳 バター/豚肉 玉葱 豆腐 パン粉 卵 チーズ じゃが芋/マヨネーズ 大根 人参 胡瓜 ツナ マヨネーズ 素麺 カウ 麩 牛乳	ブルーチェ 麦茶	フルーツ 牛乳 フルーツ缶

～お誕生会メニュー～

- ★コーンごはん
- ★チーズハンバーグ ★星ポテト
- ★お豆のコロコロサラダ
- ★七夕にゅうめん ★牛乳

*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。

今月の平均栄養摂取量	1人あたり (Kcal)	たんぱく質 (g)
3歳未満児	379	15.0
3歳以上児 (昼食のみ)	359	16.5
3歳以上児 (昼食+午後おやつ)	442	18.3