

2024年7月給食だより（幼児）



大領乳児保育園

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
1	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	二色丼 ほうれん草の煮浸し 豆腐の味噌汁	合ミンチ・玉子（卵） 竹輪 豆腐・味噌	土しょうが・人参 ほうれん草 玉ねぎ・ねぎ	精白米・上白糖 上白糖	濃口醤油・みりん・しろだし 濃口醤油・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 ホットケーキ	牛乳（乳）		小麦粉（小麦）・上白糖・キャノーラ油・メープルシロップ	ベーキングパウダー・水
2	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め スマイルポテト わかめのずまし汁	豚肉・味噌	玉ねぎ・人参・キャベツ・黄パプリカ 干わかめ・えのきだけ	精白米 上白糖・キャノーラ油 スマイルポテト・キャノーラ油	濃口醤油・みりん 塩 濃口醤油・薄口醤油・みりん・塩・だし汁
		3時	牛乳 クラッカーサンド（かぼちゃ人参あん）	牛乳（乳）	南瓜・人参	上白糖	ルヴァン（小麦）
3	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	かやくうどん さつまいものマヨ和え バナナ	鶏肉	しいたけ・人参・玉ねぎ・ねぎ きゅうり バナナ	うどん（小麦） さつまいも・マヨドレ	うどんつゆ・水・みりん 塩
		3時	お茶 ゆかりおにぎり		ゆかり	精白米	・
4	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ごはん さわらの照り焼き ブロッコリーサラダ 玉ねぎの味噌汁	さわら 味噌	ブロッコリー・ホールコーン 玉ねぎ・小松菜	精白米 上白糖	濃口醤油・料理酒・みりん ソウルフード レタス だし汁
		3時	牛乳 ゆでとうもろこし	牛乳（乳）	とうもろこし		
5	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	七夕ちらし寿司 お星さまコロッケ 天の川ずまし汁	ツナ缶 星のコロッケ（小麦）	ホールコーン・三度豆・人参 人参・オクラ	精白米 キャノーラ油 そうめん（小麦）	ちらし寿司の素 ケチャップ 薄口醤油・みりん・塩・だし汁
		3時	牛乳 キラキラフルーツポンチ	牛乳（乳）	黄桃缶		ゼリーの素 100% 100% 100%
8	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ごはん ビーフン炒め 蒸しゆまい 冬瓜のスープ	豚肉 シューマイ（小麦卵）	キャベツ・人参・しいたけ 冬瓜・チンゲン菜	精白米 ビーフン・上白糖・キャノーラ油	中華味・濃口醤油・塩 中華味・薄口醤油
		3時	お茶 大根菜とじゃこのおにぎり	ちりめん 牛乳（乳）	大根菜	精白米・ごま油	濃口醤油・みりん
9	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	牛丼 かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	牛肉 味噌	ごぼう・土しょうが・玉ねぎ・ねぎ 南瓜・きぬさや 白菜・人参	精白米・上白糖 上白糖	濃口醤油・みりん・料理酒・だし汁 薄口醤油・みりん・料理酒・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 ぶどうゼリー	牛乳（乳）			ゼリーの素 100%
10	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ごはん 豚しゃが キャベツの海苔サラダ ふの味噌汁	豚肉 竹輪 味噌	玉ねぎ・糸こんにゃく・人参・グリーンピース キャベツ・ホールコーン・あおのり 干わかめ	精白米 メークイン・上白糖	濃口醤油・みりん・料理酒・だし汁 和風たまねぎドレッシング だし汁
		3時	牛乳 クッキー	牛乳（乳）		小麦粉（小麦）・上白糖・キャノーラ油	
11	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ごはん からあげ トマトサラダ コーンのスープ	鶏肉 ツナ缶	土しょうが・にんにく トマト・ブロッコリー ホールコーン・キャベツ	精白米 ごま油・片栗粉・小麦粉（小麦） キャノーラ油・上白糖	料理酒・濃口醤油 濃口醤油・酢 コンソメ
		3時	牛乳 ふのラスク	牛乳（乳）		切りふ（小麦）・キャノーラ油・上白糖	
12	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	夏野菜カレーライス マカロニサラダ オレンジ	豚肉	玉ねぎ・南瓜・人参・ピーマン 黄パプリカ・きゅうり オレンジ	精白米 マカロニ（小麦）・マヨドレ	とろけるカレー（小麦） 塩
		3時	牛乳 きな粉蒸しパン	牛乳（乳） きな粉		小麦粉（小麦）・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
16	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	冷やし中華麺 チヂミ パイン缶	錦糸玉子（卵）・カニカマ	キャベツ・きゅうり ニラ・玉ねぎ・人参 パイン缶	中華麺（小麦） 小麦粉（小麦）・片栗粉・ごま油	冷麺スープ・水 中華味・濃口醤油・ポン酢
		3時	牛乳 海の白ソーダゼリー	牛乳（乳）		かき氷シロップ	アップゼリーの素 100% 100% 100%

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
17	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	チキンライス ミニハンバーグ ブロッコリーサラダ コーンポタージュ	鶏肉 ミニハンバーグ(小麦乳) 牛乳(乳)	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・カリフラワー 玉ねぎ・ホールコーン・うらこコーン	精白米・キャノーラ油・マーガリン(乳) キャノーラ油・上白糖 マーガリン(乳)・小麦粉(小麦)	コンソメ・ケチャップ ケチャップ 濃口醤油・酢 コンソメ
		3時	牛乳 さつまいものケーキ	牛乳(乳)		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油・さつまいも	ベーキングパウダー・水
18	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯(白ごはん) さけの塩焼き オクラの塩昆布ナムル かぼちゃの味噌汁	さけ 味噌	オクラ・人参・細切りゆめぎ昆布 南瓜・しめじ・ねぎ	精白米 ごま油	料理酒・塩 だし汁
		3時	牛乳 りんごのコンポート	牛乳(乳)	りんご・レモン	上白糖	
19	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	夏野菜マーボー丼 もやしとわかめのツナサラダ チンゲン菜のスープ	豚ミンチ・豆腐 ツナ缶	土しょうが・玉ねぎ・なすび・ピーマン もやし・干わかめ チンゲン菜・人参	精白米・上白糖・片栗粉・ごま油 上白糖・ごま油	料理酒・マヨ・豆腐の素・ケチャップ・濃口醤油・中華味 酢・濃口醤油 中華味
		3時	牛乳 バナナ	牛乳(乳)	バナナ		
22	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ごはん 豚カツ いんげんの和え物 キャバツの味噌汁	とんかつ(小麦乳) 竹輪 うすあげ・味噌	三度豆 キャバツ・ねぎ	精白米 キャノーラ油 上白糖	ケチャップ 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳(乳) 豆腐		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
23	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	焼肉チャーハン 豆腐チャンプルー 小松菜の中華スープ	牛肉 豆腐・玉子(卵)	土しょうが・しいたけ・白ねぎ・ホールコーン 人参・もやし えのきだけ・小松菜	精白米・ごま油 キャノーラ油	料理酒・塩・焼肉のたれ・濃口醤油 薄口醤油・しろだし 中華味
		3時	牛乳 お好み焼き	牛乳(乳) 竹輪・花かつお	キャバツ・人参・あおのり	小麦粉(小麦)	 だし汁・天かす(小麦)・お好み焼きソース
24	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ごはん(白ごはん) 鶏肉のごま味噌焼き きゅうりの三色酢の物 おくらのみそ汁	鶏肉・味噌 かまぼこ	きゅうり・もやし オクラ・人参	精白米 ごま油・上白糖・白ごま 上白糖	みりん・濃口醤油 塩・酢 濃口醤油・薄口醤油・みりん・塩・だし汁
		3時	牛乳 ふかし芋	牛乳(乳)		さつまいも	
25	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ごはん(白ごはん) 太刀魚のかば焼き 豆腐サラダ じゃがいもの味噌汁	太刀魚 豆腐・花かつお 味噌	三度豆・人参 玉ねぎ・ねぎ	精白米 メーカーイン	料理酒・塩・かば焼きのたれ /オリーブオイル/マヨ だし汁
		3時	牛乳 みかんゼリー	牛乳(乳)	みかん缶		ゼリーの素/ツツ
26	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ブロッコリーとウィンナーのスパゲッティ キャバツサラダ ほうれん草のスープ	フランク(卵乳)	ブロッコリー・玉ねぎ・人参・しめじ・こんにゃく ホールコーン・キャバツ ほうれん草・玉ねぎ	スパゲッティ(小麦)・キャノーラ油・上白糖 マヨドレ	濃口醤油・塩 塩 コンソメ
		3時	お茶 なめしおにぎり		菜めしの素	精白米	
29	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	中華丼 ミートボール 豆腐の中華スープ	豚肉・かまぼこ ミートボール(小麦乳) 豆腐	玉ねぎ・白ねぎ・しいたけ・チンゲン菜・土しょうが 干わかめ	精白米・上白糖・片栗粉・ごま油	ラーメンスープ・濃口醤油・塩 中華味
		3時	牛乳 厚切りポテトチップス	牛乳(乳)		メーカーイン・キャノーラ油	・ 食塩
30	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	大根菜とじゃこの混ぜご飯 筑前煮 さつまいもの味噌汁	ちりめん 鶏肉・竹輪 味噌	大根菜・ホールコーン・人参 こんにゃく・人参・たけのこ・しいたけ・グリーンピース 玉ねぎ	精白米・ごま油 キャノーラ油・上白糖 さつまいも	濃口醤油・みりん・塩 料理酒・濃口醤油・みりん だし汁
		3時	牛乳 肉まん風蒸しパン	牛乳(乳) 豚ミンチ	土しょうが・玉ねぎ	米粉/ツツ・メーカーイン・上白糖・ごま油・片栗粉	水・料理酒・塩・濃口醤油
31	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ごはん たらのマヨネーズ焼き 春雨サラダ 小松菜の味噌汁	たら 味噌	人参・三度豆 小松菜・玉ねぎ	精白米 マヨドレ 春雨・ごま油・上白糖	料理酒・塩 濃口醤油・酢 だし汁
		3時	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(乳) きな粉		マカロニ(小麦)・上白糖	

1〜2歳未満の平均 エネルギー(エ) 516kcal たんぱく質(たん) 18.5g 脂質(脂) 16.0g 食塩相当量(食塩) 1.5g

- ★都合により、献立を一部変更することがあります。ご了承ください。
- ★土曜日はパン給食またはお弁当です
- ★()内は小麦、卵乳を含む製品です。
- ★マヨドレは卵不使用のマヨネーズタイプのドレッシングです。
- ★※10時おやつは園より提供になります。