



7月の給食献立表



令和元年6月27日
北平田保育園

	日	曜日	行事	こんだて名	材料とその働き			0・1・2歳児	午後おやつ	エネルギー (以上児)
					熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)	午前おやつ		
	1	月	プール開き	豚肉の生姜焼き コールスロー・プチトマト わかめスープ・メロン	砂糖 油	豚肩肉 わかめ 豆腐	ピーマン・玉葱・生姜 きゅうり・キャベツ みかん缶・メロン	バナナ	えびせん ☆ぶどうジュース	E439 F22.3 P16.1食塩2.0
🐟	2	火		焼き魚 五目豆・しそ巻き みそ汁・バナナ	砂糖 油	鮭・大豆・厚揚げ ちくわ・昆布 味噌・煮干し	椎茸・ごぼう・人参 ほうれん草・しそ バナナ	南瓜の甘煮	★ブルーベリーマフィン 牛乳	E393 F14.8 P23.0食塩2.6
	3	水		照り焼きチキン 伴三絲 みそ汁・スイカ	砂糖・油 春雨・ごま油	鶏もも肉・卵 ハム 味噌・煮干し	にんにく・生姜・きゅうり 人参・南瓜・小松菜 スイカ	ビスコ	★冷しおしろこ	E332 F11.0 P18.7食塩2.1
	4	木		ウインナーの変わり味噌炒め ゆかり和え すまし汁・ゼリー	ごま油・砂糖 じゃが芋 油・焼麩	ウインナー 味噌・さば節	ピーマン・パプリカ キャベツ・きゅうり・小松菜 えのき	メロン	とうもろこし 牛乳 (未満児)とんがりコーン	E471 F26.6 P13.6食塩2.5
◯	5	金	七夕祭り 祖父母の会	七夕うどん キラキラポンチ	うどん	ハム・卵 さば節・煮干し 昆布	人参・椎茸・オクラ・パイン缶 メロン・バナナ・みかん缶 サクランボ	りんごジュース	みかんヨーグルト	
	6	土		麻婆豆腐 中華スープ バナナ	砂糖・片栗粉 油	豆腐・豚ひき肉 味噌・わかめ	葱・人参・生姜・にんにく バナナ		お菓子 牛乳	E421 F17.9 P16.0食塩1.5
	8	月		鶏のごま煮 浅漬け・プチトマト みそ汁・バナナ	ごま油・砂糖 炒りごま	鶏もも肉・豆腐 味噌・煮干し 昆布	こんにゃく・人参・いんげん キャベツ・きゅうり・トマト なす・バナナ	ヨーグルト	バームクーヘン 牛乳	E295 F11.4 P17.1食塩1.9
🐟	9	火	サッカー (4・5歳児)	魚のマヨネーズ焼き いんげんのごま和え すまし汁・メロン	マヨネーズ・油 砂糖・焼麩 すりごま	鮭・味噌 さば節・昆布	玉葱・しめじ・パセリ いんげん・人参・オクラ えのき・メロン	スティック野菜	プリン	E280 F12.5 P16.0食塩1.6
	10	水		つくね焼き オクラの和え物 かきたま汁・バナナ	砂糖・片栗粉 炒りごま	鶏ひき肉 卵・わかめ	人参・椎茸・葱・オクラ ほうれん草・えのき・コーン 玉葱・バナナ	星たべよ	★マカロニあべかわ 牛乳	E305 F10.7 P16.0食塩1.4
	11	木		南瓜のコロッケ・味付けのり 茹でキャベツ・プチトマト みそ汁・ゼリー	薄力粉・パン粉 油・焼麩	豚ひき肉・卵 味付けのり 味噌・煮干し	南瓜・玉葱・コーン キャベツ・人参・もやし	バナナ	★麦飯おにぎり 麦茶	E395 F12.6 P14.8食塩2.0
🐟	12	金		鱈の春巻き ハムとわかめの和え物 みそ汁・スイカ	油・砂糖・ごま油 春巻きの皮	鱈・チーズ・ハム わかめ・薄揚げ 味噌・煮干し	大葉・パプリカ・トマト きゅうり・えのき スイカ	マンナビスケット	ベジたべる 牛乳	E329 F14.4 P19.6食塩2.2
	13	土	夕涼み会	ポークカレー 牛乳 バナナ	砂糖 焼麩	豚かた肉 味噌・煮干し	キャベツ・玉葱・しらたき 人参・椎茸・生姜 バナナ		お菓子 ジュース	E414 F16.2 P15.9食塩1.7
	16	火		八宝菜 ごまきゅうり 野菜ジュース・スイカ	油・砂糖 炒りごま 片栗粉	豚もも肉・エビ うずら卵	人参・キャベツ・孟宗 椎茸・生姜・きゅうり スイカ	バナナ	動物ビスケット ☆みかんジュース	E331 F15.7 P17.2食塩1.7
🐟	17	水	スイミング	鮭の味噌焼き 春雨サラダ なすのしょうゆ汁・バナナ	砂糖・春雨 ごま油・砂糖 焼麩	鮭・味噌・卵 ハム・かつお節 煮干し	キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり・なす バナナ	さつま芋の甘煮	★人参マフィン 牛乳	E364 F12.6 P20.2食塩1.8
◯	18	木	にこにこ広場	そうめん・トマト・ブロッコリー ピーマンの肉詰め フルーツポンチ	そうめん・砂糖 油・炒りごま パン粉・マヨネーズ	豚ひき肉 かつお節・昆布 のり	トマト・ブロッコリー・オクラ 玉葱・ピーマン・みかん缶 メロン・サクランボ	みかんジュース	★バナナクレープ	
	19	金	集金	鶏の唐揚げ お浸し みそ汁・スイカ	片栗粉・油	鶏もも肉 味噌・煮干し	キャベツ・きゅうり コーン・人参・もやし スイカ	星たべよ	サッポロポテト ☆ぶどうジュース	E362 F14.0 P16.8食塩2.5
	20	土		豚丼風 みそ汁 バナナ	砂糖・焼麩	豚かた肉 味噌・煮干し	キャベツ・玉葱・しらたき 人参・椎茸・生姜 バナナ		お菓子 ジュース	E358 F16.2 P13.3食塩0.8
	22	月		肉じゃが(汁多め) ひじきサラダ 野菜ジュース・バナナ	じゃが芋・油 すりごま	豚もも肉 昆布・ひじき・大豆	玉葱・人参・つきこん・しめじ きゅうり・いんげん・トマト バナナ	メロン	まがりせんべい ☆ぶどうジュース	E419 F16.3 P19.0食塩1.4
🐟	23	火	サッカー (4・5歳児)	鰯の和風南蛮 お浸し みそ汁・スイカ	片栗粉・油	鰯・ハム・豆腐 味噌・煮干し	玉葱・人じん・人参 アスパラ・キャベツ なす・スイカ	バナナ	★シュワシュワゼリー	E342 F9.3 P17.2食塩3.1
◯	24	水	誕生会	ビビンバ コンソメスープ ゼリーアラモード	ごはん・砂糖 炒りごま・ごま油 春雨	豚ひき肉・卵 味噌・ハム	ぜんまい・人参・もやし きゅうり・チンゲン菜 椎茸・みかん缶・サクランボ	ぶどうジュース	★ケーキ 麦茶	
	25	木	スイミング バス代振替日	ポークビーンズ しょうゆフレンチ わかめスープ・メロン	油・じゃが芋 砂糖	豚もも肉・ベーコン 大豆・わかめ	玉葱・ピーマン・人参・コーン セロリ・トマト・キャベツ ほうれん草・椎茸・メロン	バームクーヘン	★レアチーズケーキ風	E407 F17.0 P18.7食塩3.0
	26	金		かき揚げ きゅうりとササミの和え物 みそ汁・スイカ	油・薄力粉 ごま油・すりごま じゃが芋	エビ・卵 鶏ささみ 味噌・煮干し	玉葱・人参・いんげん きゅうり・もやし・しめじ スイカ	スポロン	パピコ	E361 F16.1 P18.1食塩1.9
	27	土		コーンシチュー 野菜ジュース バナナ	じゃが芋	鶏もも肉 牛乳	玉葱・人参・コーン バナナ		お菓子 牛乳	E428 F14.0 P15.8食塩1.8
	29	月	リトミック	チャプチェ風 トマトサラダ 中華スープ・バナナ	片栗粉・ごま油 砂糖・油 春雨	豚もも肉 味噌	ピーマン・玉葱・孟宗 コーン・きゅうり・トマト もやし・しめじ・バナナ	野菜ジュース	ハッピーターン ☆スポロン	E255 F7.2 P13.4食塩1.4
	30	火	英語教室	夏野菜カレー コールスロー 牛乳・メロン	油・薄力粉 じゃが芋	豚ひき肉 牛乳	南瓜・にんにく・玉葱・人参 なす・ズッキーニ・ピーマン コーン・きゅうり・メロン	バナナ	★デザートバナナ	E446 F22.9 P12.6食塩1.9
🐟	31	水		赤魚の甘辛揚げ すき昆布煮 みそ汁・スイカ	油・片栗粉 砂糖	赤魚・うずら卵 豚もも肉・厚揚げ 昆布・味噌・煮干し	しらたき・人参・小松菜 スイカ	メロン	★フルーツサンド 牛乳	E417 F23.2 P17.8食塩2.7

◯完全給食の日

※発注材料の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。ご了承ください。

☆未満児牛乳 ★手作りおやつの日

🐟庄内浜魚デー

🐟お魚の日



にこにこ広場



今月のメニューを考えてくれたのは、ゆあさん、えまさん、ひかりさんです。