



7月献立表

令和2年6月29日



甲ノ原保育園

曜日	日付	未満児 おやつ	給食	おやつ	主材料
水	15 29	オレンジ ジュース	ごはん・ぶどう かじきまぐろのトマトソース焼き なべしぎ モロヘイヤのスープ	シュガーマーガリン サンド 牛乳	精白米・胚芽米・かじき・米粉・ホールトマト缶 玉ねぎ・にんにく・なす・玉ねぎ・ピーマン・鶏肉 モロヘイヤ・豆腐・食パン・マーガリン
木	2 30	牛乳	ごはん・すいか 鶏肉のカレー照り焼き ひじきの煮物 野菜とベーコンのスープ	カップケーキ 麦茶	精白米・胚芽米・鶏肉・マヨドレ・ひじき 人参・とうがん・油揚げ・いんげん・玉ねぎ ベーコン・トマト・ブロッコリー・ホットケーキM I X マーガリン・牛乳・カレー粉・米粉
★☆☆お誕生日会☆☆★ ☆☆お星さまランチ☆☆					
金	3 17 31	野菜 ジュース	フィッシュバーガー B L T サラダ とうがんのコーンスープ ヨーグルト	ミートマカロニ 牛乳	ショートロール・かれい・小麦粉・牛乳・パン粉 キャベツ・玉ねぎ・マヨドレ・レタス・きゅうり・ベーコン トマト・とうがん・コーン・コーンクリーム マカロニ・豚肉・人参・ホールトマト缶
土	4 18	野菜 ジュース	冷しゃぶそうめん かぼちゃのサラダ ヨーグルト	ツナそばろ おにぎり 豆乳	そうめん・レタス・きゅうり・人参 豚肉・かぼちゃ・きゅうり・ベーコン・コーン マヨドレ・牛乳・精白米・胚芽米・ツナ
月	6 20	りんご ジュース	ごはん・オレンジ 豚肉の野菜巻き 小松菜とツナの納豆和え レタスとしらすのスープ	メイプルクリーム サンド 牛乳	精白米・胚芽米・豚肉・アスパラ・人参 小松菜・納豆・ツナ・かつお節・レタス 玉ねぎ・しらす・食パン・メイプルシロップ 生クリーム
火	7 21	オレンジ ジュース	七夕冷やしうどん 豚肉ときゅうりのチャンプルー 野菜の甘酢漬け バナナ	タコライス風 麦茶	うどん・かにかま・きゅうり・人参・もやし 油揚げ・オクラ・大根・豆腐・豚肉 ごま・ごま油・キャベツ・精白米・胚芽米 豚肉・玉ねぎ・トマト・カレー粉・レタス
水	8 22	豆乳	ごはん・ぶどう メンチカツ 千切り野菜のゴマサラダ なすととうがんのみそ汁	パウンドケーキ りんごジュース	精白米・胚芽米・豚肉・玉ねぎ・小麦粉 牛乳・パン粉・キャベツ・人参・きゅうり しらす・ごま・なす・とうがん・ホットケーキM I X メイプルシロップ・マーガリン
木	9	野菜 ジュース	いちごジャムサンド ブロッコリーとエビのサラダ ミネストローネスープ ヨーグルト	ひじきとたくあんの チャーハン 牛乳	ショートロール・いちごジャム・マーガリン ブロッコリー・えび・人参・きゅうり・コーン マヨドレ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・ゆで大豆 マカロニ・ホールトマト缶・ひじき・たくあん・いんげん
金	10	オレンジ ジュース	鮭のまぜ寿司 とうがんと鶏肉の煮物 オクラと厚揚げのみそ汁 すいか	アメリカンドッグ 牛乳	精白米・胚芽米・鮭・きゅうり・ごま とうがん・なす・人参・鶏肉・しょうが オクラ・玉ねぎ・厚揚げ・ホットケーキM I X ウイナー
土	11 25	りんご ジュース	冷やし坦々麺 枝豆とベーコンのポテトサラダ ヨーグルト	シュガートースト 麦茶	中華麺・豚肉・ねぎ・しょうが・ごま油 ねりごま・きゅうり・じゃが芋・えだまめ・ベーコン マヨドレ・人参・食パン・マーガリン・コーン・豆乳
月	13 27	りんご ジュース	ブルコギ丼 もやしと竹輪のナムル にらのスープ バナナ	きな粉クッキー 豆乳	精白米・胚芽米・豚肉・人参・玉ねぎ・片栗粉 ピーマン・しいたけ・こねぎ・にんにく・ごま油 もやし・ほうれん草・きゅうり・人参・ちくわ にら・なす・ホットケーキM I X・マーガリン・練乳・きな粉
火	14 28	豆乳	ごはん 塩マーボー コロコロ野菜のサラダ かぼちゃのみそ汁・オレンジ	フルーツヨーグルト 麦茶	精白米・胚芽米・豆腐・豚肉・まいたけ・片栗粉 ねぎ・にら・人参・きゅうり・アスパラ・ベーコン ミニトマト・キャベツ・マヨドレ・かぼちゃ・わかめ・玉ねぎ ヨーグルト・もも缶・バナナ・みかん缶・コーンフレーク

給食室
から

・エネルギー 607kcal

・たんぱく質 22.0g

・脂質 22.7g

今月は、16日が誕生日会の為別献立、9日がお弁当箱ランチになります。

材料の仕入れ都合により献立を変更する場合があります。

1ヶ月2サイクルの献立にし、初回の喫食状況を見て、次回の調理法を検討し、工夫しています。

