


# 7月 献立表 (前半)

認定こども園末光幼稚園

日付	献立名	材料名 (◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)			おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3歳未満児	午後
1月	御飯 ホイコーロー きゅうりのゆかりあえ 中華スープ	米、○砂糖、○小麦粉、なたね油、砂糖、バター	○牛乳、豚肉(肩ロース)、○クリームチーズ、○生クリーム、○卵、米みそ(赤色辛みそ)、◎牛乳	きゅうり、キャベツ、えのきたけ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、黒きくらげ、○レモン果汁	牛乳 ブリッツ	牛乳 チーズケーキ
2火	ロールパン 鶏のから揚げ マカロニサラダ エノキのスープ	ロールパン、マカロニ、マヨネーズ、油、○砂糖、片栗粉、小麦粉	○牛乳、鶏もも肉、卵、ウインナーソーセージ、◎牛乳	○オレンジ濃縮果汁、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、えのきたけ、ごま、パセリ、カットわかめ、○粉かんでん、しょ	牛乳 ビスコ	牛乳 オレンジゼリー
3水	御飯 鮭のオーロラ焼き チンゲン菜のあえ物 油揚げのみそ汁	米、○白玉粉、○上新粉、○砂糖、マヨネーズ、砂糖	○牛乳、さけ、○豆乳、麦みそ、油揚げ、しらす干し、いわし(煮干し)	チンゲンサイ、○えだまめ、にんじん、葉ねぎ、カットわかめ	牛乳 あられ	牛乳 ずんだ団子
4木	<b>お弁当の日</b>  バナナポート(誕生会)	○米粉、○砂糖、○ごま油	○牛乳、生クリーム、○豚ひき肉、○しらす干し、◎牛乳	バナナ、キウイフルーツ(黄)、みかん缶、さくらんぼ缶、○にら、○コーン缶	牛乳 サブレ	牛乳 チヂミ
5金	焼うどん さつま芋と昆布の煮物 麩のすまし汁 ぶどう	ゆでうどん、さつまいも、○米、焼ふ、砂糖、油、なたね油	○牛乳、◎牛乳	ぶどう、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、えのきたけ、刻みこんぶ、みつば	牛乳 クラッカー	牛乳 わかめむすび
6土	御飯 ポークビーンズ 小松菜のすまし汁 オレンジ	米、じゃがいも、◎ホットケーキ粉、砂糖、◎砂糖、◎バター、油	◎牛乳、豚肉(肩ロース)、ゆで大豆、かまぼこ、◎卵、○牛乳	オレンジ、たまねぎ、ホールトマト缶詰、こまつな、にんじん、えのきたけ、にんにく	ビスケット	焼きドーナツ
8月	枝豆御飯 豆腐の旨煮 大根のみそ汁 フルーツゼリー	米、片栗粉、ごま油、砂糖	○牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、○ウインナーソーセージ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、◎牛乳	はくさい、だいこん、えだまめ、ねぎ、にんじん、みかん缶、カットわかめ、粉かんでん	牛乳 あられ	牛乳 ウインナーの パイ巻
9火	御飯 鶏肉のサワーソース焼 はるさめサラダ かぼちゃのスープ	米、◎食パン、はるさめ、コーンフレーク、砂糖、マヨネーズ、油、◎バター	○牛乳、○鶏もも肉(皮付き)、かにかまぼこ、◎粉チーズ、ヨーグルト(無糖)	かぼちゃ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、◎ごま、◎あおのり	牛乳 ブリッツ	牛乳 カルシウム ラスク
10水	ドライカレー キャベツとちくわの和え物 すいか	米、○じゃがいも、油、○油、米粉、砂糖	○牛乳、豚ひき肉、ちくわ、○ウインナーソーセージ、◎牛乳	すいか、たまねぎ、キャベツ、にんじん、○たまねぎ、ピーマン、干しぶどう、トマトピューレ、ごま、にんにく、しょうが、	牛乳 クラッカー	牛乳 ジャーマンポテト
11木	そうめん ピーマンのじゃこ炒め ぶどう	干しそうめん、◎小麦粉、◎砂糖、◎バター、なたね油	○牛乳、牛肉(肩)、◎卵、しらす干し、◎粉チーズ	ぶどう、ピーマン、赤ピーマン、にんじん、黄ピーマン、ねぎ、ごま	牛乳 ビスケット	牛乳 チーズお焼き
12金	御飯 白身魚の香り焼き しめじの和え物 きゃべつのみそ汁	米、○ぎょうざの皮、米粉、なたね油	○牛乳、◎木綿豆腐、たら、◎ツナ油漬缶、○チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、○魚肉ソーセージ、油揚げ、牛	キャベツ、◎しめじ、○たまねぎ、にんじん、◎しそ、カットわかめ	牛乳 サブレ	牛乳 簡単ピザ
13土	五目ビーフン じゃが芋のスープ トマト	ビーフン、◎米、じゃがいも、油、砂糖	豚肉(もも)、◎さけ(塩)、干しえび	トマト、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、にら、干しいたけ	ビスコ	鮭むすび
16火	梅しそしらすごはん 千草煮 なめこのみそ汁 オレンジ	米、◎米、○ホットケーキ粉、○マヨネーズ、砂糖	○牛乳、○ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し、○卵、◎しらす干し、油揚げ	オレンジ、ほうれんそう、キャベツ、にんじん、ねぎ、なめこ、うめ干し、◎うめ干し、○たまねぎ、しそ、◎しそ、カツ	牛乳 あられ	牛乳 ツナパン

# 7月 献立表 (後半)

認定こども園末光幼稚園

日付	献立名	材料名 <small>(◎は10時おやつ, ○は午後おやつ材料)</small>			おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3歳未満児	午後
17水	ロールパン、 さけのごまパン粉焼き ポテトサラダ ズッキーニのスープ	じゃがいも、ロールパン、 ○小麦粉、○無塩バター、 ○砂糖、油、砂糖、◎ごま油	○牛乳、○卵、○おから、 豚ひき肉、牛乳	たまねぎ、きゅうり、◎ 緑豆もやし、◎にんじん、 ◎にら、ズッキーニ、◎ きゅうり、にんじん、 ○干しぶどう、にん	牛乳 プリン	牛乳 おからクッキー
18木	御飯 擬製豆腐 ブロッコリーのおかか和え のっぺい汁	米、○ホットケーキ粉、 さといも、砂糖、油、○ 無塩バター、○砂糖	○牛乳、木綿豆腐、 卵、鶏もも肉、ちくわ、 ○卵、かつお節、◎牛乳	ブロッコリー、にんじん、 ○にんじん、ごぼう、板 こんにやく、ねぎ、しいた け、さやえんどう、ひじき	牛乳 サブレ	牛乳 人参ケーキ
19金	お子様スパゲティー マッシュポテト フランクフルト 玉ねぎとセロリのスープ	じゃがいも、スパゲ ティ、○米・陸稲・穀粒 (精白米)、油、バター	○牛乳、フランクフル ト、ツナ油漬缶、◎牛乳	たまねぎ、ホールトマト 缶詰、こまつな、にんじ ん、セロリ、○うめびし お、あおのり	牛乳 ビスケット	牛乳 ゆかりむすび
20土	とりそぼろ混ぜごはん なすとピーマンのみそ炒め 白菜のスープ	米、○さつまいも、○砂 糖、○油、◎砂糖、砂 糖、○米粉、◎なたね 油	鶏ひき肉、◎豚肉 (肩)、ウインナーソー セージ、◎米みそ(淡 色辛みそ)	◎なす、はくさい、◎ ピーマン、しょうが、あ おのり	クラッカー	さつまいも スティック
22月	ケチャップライス、 豆腐のグラタン おくらスープ メロン	米、○春巻きの皮、米 粉、バター、○砂糖、パ ン粉、○なたね油、油	○牛乳、調製豆乳、木 綿豆腐、鶏ひき肉、とろ けるチーズ、◎牛乳	メロン(緑肉)、○かぼ ちや、たまねぎ、ほうれ んそう、にんじん、しめ じ、オクラ、コーン缶、 赤ピーマン、ピーマン、	牛乳 ビスコ	牛乳 かぼちやの 春巻き
23火	御飯 鶏肉のさっぱり甘酢ソース 高野豆腐の煮物 かぼちやのみそ汁	米、○食パン、砂糖	○牛乳、○ツナ油漬 缶、凍り豆腐、米みそ (淡色辛みそ)、油揚 げ、牛乳、◎牛乳	かぼちや、にんじん、ね ぎ、○コーン缶、しめじ、 いんげん	牛乳 あられ	牛乳 焼きピロシキ
24水	御飯 しょうが天 けんちん煮 白菜のすまし汁	米、◎さといも、ながい も、○砂糖、◎砂糖、 ○コーンスターチ	○牛乳、白身魚すり 身、○ヨーグルト(無 糖)、◎焼き豆腐、◎豚 肉(肩)、牛乳	はくさい、○みかん天然 果汁、○みかん缶、○ パイン缶、◎にんじん、 ◎だいこん、◎ごぼう、 えのきたけ、葉ねぎ、紅	牛乳 プリン	牛乳 ヨーグルト
25木	ロールパン 豚肉のネギ焼き ごぼうときゅうりのサラダ ワンタンスープ	ロールパン、○小麦粉、 ○バター、ワンタンの 皮、○砂糖、マヨネー ズ、◎ごま油、◎小麦 粉	○牛乳、◎豚肉(肩)、 ウインナーソーセージ、 ○卵、牛乳	ごぼう、緑豆もやし、◎ 万能ねぎ、きゅうり、に んじん、しめじ、コーン 缶、○ごま、ねぎ	牛乳 ビスケット	牛乳 セサミクッキー
26金	鰻の柳川風丼 キャベツとわかめの酢あ え 切り干し大根のみそ汁	○じゃがいも、○油、砂 糖	○牛乳、◎卵、◎うな ぎ蒲焼、麦みそ、ちく わ、牛乳	キャベツ、◎たまねぎ、 ◎にんじん、◎ごぼう、 カットわかめ、葉ねぎ、 ◎万能ねぎ、切り干し だいこん	牛乳 クラッカー	牛乳 フライドポテト
27土	塩焼きそば、 小松菜の煮びたし わかめスープ	焼きそばめん、○米、 油、砂糖	豚肉(肩)、油揚げ、◎ 牛乳	こまつな、キャベツ、に んじん、たまねぎ、もや し、ピーマン、コーン缶、 ◎だいこん(葉)、ねぎ、 カットわかめ、○こんぶ	サブレ	菜飯むすび
29月	ハヤシライス、 トマトの甘酢和え ぶどう	米、じゃがいも、○砂 糖、油、砂糖、オリーブ 油、○油、○中華麺 ○ごま油	○牛乳、牛肉(もも)、○ ハム、○ツナ油漬缶、 ◎牛乳	ぶどう、たまねぎ、トマ ト、にんじん、マッシュ ルーム、○きゅうり、セロ リ、グリーンピース	牛乳 ビスコ	牛乳 冷やし中華
30火	御飯、 豆腐の肉みそあんか け、粉ふき芋(青のり) とうがん汁	米、じゃがいも、○砂 糖、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、◎牛乳	とうがん、○みかん缶、 ○パイン缶、たまねぎ、 にんじん、たけのこ(ゆ で)、○粉かんでん、干 しいたけ、あおのり	牛乳 プリン	牛乳 フルーツゼリー
31水	ロールパン ローストチキン かぼちやのサラダ 豆腐スープ	ロールパン、○小麦粉、 ○砂糖、○バター、マヨ ネーズ、砂糖、油、ごま 油	○牛乳、鶏むね肉、木 綿豆腐、ハム、○卵、 ◎牛乳	かぼちや、たまねぎ、 きゅうり、コーン缶、にん じん、にら、ごま、にんに く、しょうが	牛乳 クラッカー	牛乳 ミニマドレーヌ