



7月予定および献立表



2023年6月20日

堀江敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日	曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1	土		ビスコ	チキンライス グリーンサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、コンソメ、ケチャップ ブロッコリー、人参、コーン、キャベツ、酢、三温糖、醤油 ほうれん草、玉葱、コンソメ	おからクッキー HM、おから、砂糖、豆乳、油 ●牛乳
2	日					
3	月	プール開き・体操服着園 身体測定・体育あそび シーツ交換(いぬ)	エース コイン	鶏肉のマーマレード焼き/添野菜 コールスローサラダ 味噌汁	鶏肉、マーマレード、醤油/ブロッコリー キャベツ、人参、胡瓜、レーズン、酢、三温糖、醤油 しめじ、えのき、玉葱、味噌	●チーズサンド 食パン、チーズ、マーガリン ●牛乳
4	火	身体測定 E~たいむ シーツ交換(くま)	どうぶつ ビスケット	ゆかりご飯/鮭の照り焼き 中華風酢の物 すまし汁	ゆかり / 鮭、醤油、みりん、三温糖、酒 カニカマ、胡瓜、もやし、コーン、人参、酢、三温糖、醤油、ごま油 おつゆ麩、わかめ、三つ葉、醤油、酒	●バナナケーキ HM、バナナ、三温糖、牛乳 ●牛乳
5	水	シーツ交換(りす)	アンパンマン せんべい	肉じゃが じゃことひじきのサラダ ★かき玉汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、しらたき、椎茸、いんげん、みりん、酒、醤油、三温糖 キャベツ、赤ピーマン、胡瓜、コーン、じゃこ、ひじき、酢、醤油、三温糖 鶏卵、えのき、三つ葉、醤油、酒	●アメリカンドック HM、ウインナー、牛乳 ●牛乳
6	木	シーツ交換(うさぎ)	アスパラガス ビスケット	アジの南蛮漬け 白和え クリームコーンのスープ	鱈、片栗粉、玉葱、人参、ピーマン、酢、三温糖、醤油 ほうれん草、白菜、人参、椎茸、豆腐、味噌、三温糖、ごま、醤油 クリームコーン、玉葱、青ねぎ、中華だし、醤油	★お好み焼き 豚肉、お好み焼き粉、キャベツ、卵、青のり、ソース、醤油 ●牛乳
7	金	シーツ交換(ひよこ) 七夕の集い 習字	ハーベスト	★セタそうめん そぼろ煮 フルーツ	そうめん、豚肉、トマト、胡瓜、錦糸卵、オクラ、つゆ 鶏挽肉、なす、いんげん、醤油、みりん、三温糖 パイン缶	●セタゼリー カルピス、砂糖、ゼラチン、シロップ 星食べよ ●牛乳
8	土	家庭の日	ビスコ	エビピラフ ブロッコリーのごま和え コンソメスープ	エビ、玉葱、人参、小松菜、コンソメ ブロッコリー、人参、ごま、みりん、醤油、三温糖 玉葱、しめじ、ほうれん草、コンソメ	●マシュマロココアクッキー バター、砂糖、薄力粉、ココア、マシュマロ ●牛乳
9	日					
10	月	歯科検診 体育あそび	エース コイン	梅のさっぱり唐揚げ カニカマサラダ 味噌汁	鶏肉、片栗粉、梅、醤油、みりん、酢、酒 胡瓜、人参、カニカマ、キャベツ、酢、醤油、三温糖 豆腐、油揚げ、青ねぎ、味噌	●オレンジケーキ HM、マーマレード、牛乳 ●牛乳
11	火		どうぶつ ビスケット	麻婆丼 ばんさんすう ビーフンスープ	豚挽肉、豆腐、玉葱、ニラ、醤油、ソース、テンメンジャン、醤油、中華だし、味噌、三温糖、片栗粉 もやし、人参、胡瓜、酢、三温糖、醤油 ビーフン、玉葱、椎茸、小松菜、中華だし、醤油	●プリン せんべい(ぼたぼた焼) ●牛乳
12	水		アンパンマン せんべい	豚肉とキャベツの味噌炒め ポテトサラダ けんちん汁	豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、生姜、味噌、三温糖 じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ、塩 鶏肉、油揚げ、ごぼう、椎茸、大根、青ねぎ、醤油	●お麩ラスク おふ、マーガリン、砂糖 ●牛乳
13	木		アスパラガス ビスケット	●鯛のクリームコーン焼き ●さきいかサラダ 味噌汁	鯛、粉チーズ、マヨドレ、クリームコーン缶 さきいか、胡瓜、キャベツ、人参、酢、醤油、三温糖 わかめ、ほうれん草、青ねぎ、味噌	だししゃかポテト フライドポテト、顆粒だし ●牛乳
14	金	習字	ハーベスト	●トマトクリームパゲツティ ハムサラダ フルーツ	スバゲツティ、ツナ、玉葱、人参、マッシュルーム、トマト、ニンニク、オリーブ油、牛乳、薄力粉、コンソメ、三温糖 ハム、キャベツ、胡瓜、コーン、酢、醤油、三温糖 バナナ	おはぎ もち米、あんこ、きなこ、砂糖 ●牛乳
15	土		ビスコ	カレーピラフ ブロッコリーサラダ きのこスープ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、カレー粉、コンソメ ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、酢、醤油、三温糖 しめじ、えのき、玉葱、コンソメ	●★フレンチトースト 食パン、卵、牛乳、砂糖、バター ●牛乳
16	日					

日	曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
17	月	海の日				
18	火	シーツ交換 (いぬ、くま)	どうぶつ ビスケット	★冷やし中華 ●蒸しゆまい フルーツ	中華麺、豚肉、胡瓜、錦糸卵、トマト、タレ シュウマイの皮、玉葱、キャベツ、鶏肉、パン粉、砂糖、醤油、ごま油 オレンジ	夕焼けおにぎり 人参、じゃこ、醤油、酒、みりん ●牛乳
19	水	シーツ交換(りす)	アンパンマン せんべい	★●ハンバーグ 磯和え 味噌汁	合い挽き肉、玉葱、牛乳、卵、パン粉、ケチャップ、ソース、三温糖 白菜、ほうれん草、人参、のり、みりん、三温糖、醤油 なす、玉葱、青ねぎ、味噌	●カレーチーズトースト 食パン、カレー粉、粉チーズ、マヨドレ ●牛乳
20	木	シーツ交換 (うさぎ、ひよこ)	アスパラガス ビスケット	豚井 切り干し大根の酢の物 味噌汁	豚肉、玉葱、しらたき、青ねぎ、醤油、三温糖、みりん 切干大根、胡瓜、人参、カニカマ、酢、醤油、三温糖 油揚げ、もやし、青ねぎ、味噌	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、バナナ、みかん缶、砂糖 ●★バームクーヘン
21	金	習字	ハーベスト	鱈のおろし煮 お浸し 味噌汁	たら、片栗粉、大根、みりん、醤油、三温糖 小松菜、白菜、かまぼこ、みりん、醤油、三温糖 南瓜、しめじ、青ねぎ、味噌	●ポパイケーキ HM、ほうれん草、牛乳、砂糖 ●牛乳
22	土	家庭の日 夏まつり	ビスコ	冷しゃぶおろしうどん 竹輪の磯辺揚げ さつま芋の天ぷら/フルーツ	うどん、豚肉、トマト、胡瓜、キャベツ、大根、つゆ 竹輪、青のり、小麦粉 さつま芋、小麦粉/黄桃	
23	日					
24	月		エース コイン	●タンドリーチキン/添野菜 マカロニサラダ 味噌汁	鶏肉、ヨーグルト、カレー粉、醤油、ケチャップ/ブロッコリー マカロニ、胡瓜、人参、コーン、マヨドレ なす、ほうれん草、青ねぎ、味噌	●豆腐ドーナッツ HM、豆腐、牛乳、きなこ、砂糖 ●牛乳
25	火	避難訓練	どうぶつ ビスケット	ハヤシライス キャベツのみかんのサラダ ゼリー	牛肉、玉葱、人参、エリンギ、トマトピューレ、ルウ キャベツのみかんのサラダ ミニゼリー	●マシュマロおこし マシュマロ、フルグラ、マーガリン ●牛乳
26	水		アンパンマン せんべい	焼肉 ナムル 味噌汁	牛肉、玉葱、人参、ピーマン、タレ もやし、人参、ほうれん草、ごま油、ごま、酢、醤油、三温糖 豆腐、白菜、青ねぎ、味噌	●シナモン揚げパン ロールパン、シナモン、三温糖 ●牛乳
27	木		アスパラガス ビスケット	わかめご飯/鮭の西京焼き ひじきの煮物 すまし汁	わかめ / さわら、味噌、みりん、三温糖 竹輪、ひじき、人参、しらたき、大豆、いんげん、醤油、三温糖、みりん かまぼこ、えのき、三つ葉、醤油、酒	かやくご飯 鶏肉、椎茸、人参、醤油、みりん、酒 ●牛乳
28	金	誕生会	ハーベスト	夏野菜カレー コーンサラダ ●ヨーグルト	鶏肉、玉葱、人参、なす、トマト、じゃが芋、ルウ キャベツ、コーン、人参、胡瓜、 ヨーグルト、砂糖	●★バースデイケーキ スポンジ、豆乳ホイップ、パイン缶、キウイ ●牛乳
29	土		ビスコ	炒飯 ボン酢和え 中華スープ	豚肉、玉葱、人参、小松菜、青ねぎ、中華だし、醤油、ごま油 キャベツ、竹輪、人参、胡瓜、ボン酢、三温糖 豆腐、わかめ、青ねぎ、中華だし、醤油	●シリアルクッキー HM、バター、砂糖、牛乳、コーンフレーク、チョコレート ●牛乳
30	日					
31	月		エース コイン	ツナ寿司 切り干し大根の煮物 すまし汁	ツナ、胡瓜、大葉、コーン、ごま、のり、酢、みりん、三温糖 切り干し大根、しらたき、人参、油揚げ、いんげん、醤油、みりん、三温糖 白玉ふ、えのき、三つ葉、醤油、酒	●クリームパン ロールパン、豆乳ホイップ、砂糖、バニラエッセンス ●牛乳

■献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更することがあります。

■6・7・8月は衛生上、毎週土曜日幼児も給食です。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
平均	556	17.9	16.9	211	2.0	165	0.34	0.35	18	3.9	1.7
基準	591	22.0	16.4	232	2.1	184	0.28	0.32	16	—	1.7

