

令和元年 7月の献立

乳幼児

あゆみ幼稚園

日	曜日	朝のおやつ (乳児)	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名	
1	月	ミレービスケット 牛乳	ごはん/カレイと豆腐の煮付 ほうれん草の和え物 玉葱と南瓜のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・焼豆腐・土生姜 ほうれん草・もやし・人参 玉葱・南瓜/りんご	コーン蒸しパン 牛乳	小麦粉・豆乳 ベーキングパウダー コーン缶	
2	火	畑のスナック お茶	ごはん/肉じゃが キャベツの和え物 麩とわかめのみそ汁/フルーツ	米/豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・グリーンピース キャベツ・人参・コーン缶 麩・わかめ/オレンジ	手作りヨーグルト ビスコ お茶	スキムミルク いちごジャム ビスコ	
3	水	ひじきスティック 牛乳	ごはん/イワシのフライ 胡瓜と竹輪のごま酢和え/切干大根の煮物 豆腐となめこのみそ汁/フルーツ	米/イワシ・小麦粉・パン粉・ソース 胡瓜・もやし・竹輪・ごま/切干大根・人参・うす揚げ・干し椎茸 豆腐・なめこ/りんご	バナナ 畑のクラッカー 牛乳	バナナ・畑のクラッカー	
4	木	紫芋チップ お茶	<七夕ランチ> ごはん/鶏肉のごま焼き 三色和え/トマト 七夕そうめん/フルーツ	米/鶏肉・玉葱・ごま じゃが芋・人参・ほうれん草・かつお節/トマト 素麺・人参・オクラ/オレンジ	マシュマロサンド 牛乳	ビスケット マシュマロ	
5	金	ミルクスティック 牛乳	ごはん/豆腐とエビのケチャップ煮 もやしと胡瓜のサラダ/みりん干し/フルーツ	米/豆腐・豚ミンチ・エビ・玉葱・人参・チンゲン菜・ニンニク・土生姜 トマト缶・ケチャップ/もやし・胡瓜・コーン缶/みりん干し/りんご	ツナおにぎり 牛乳	米・ツナ缶	
6	土	野菜スティック お茶	中華丼 ビーフンスープ/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参・椎茸・チンゲン菜・土生姜・鶏ガラだし・ニンニク ビーフン・人参・干し椎茸・豆腐/オレンジ	ねじりん棒カレー味 牛乳	ねじりん棒カレー味	
8	月	カル鉄スティック 牛乳	ピビンパ/豚肉の甘辛炒め/じゃが芋のソテー 春雨とわかめのスープ/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま/豚肉・玉葱 じゃが芋/春雨・人参・わかめ/オレンジ	ボンテケージョ 牛乳	小麦粉・白玉粉・チーズ ベーキングパウダー・牛乳	
9	火	ブルーベリーヨーグルト お茶	ごはん/鮭の塩麹焼き 金時豆/胡瓜とわかめの酢の物 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鮭・塩麹 金時豆/胡瓜・わかめ・もやし・コーン缶 キャベツ・玉葱・人参/りんご	カスタードロールパン 牛乳	カスタードロールパン (卵入り)	
10	水	長いものかるかん 牛乳	ごはん/ささみのフリッター ひじき煮/ブロッコリー さつま芋のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・青のり・カレー粉・小麦粉 ひじき・人参・うす揚げ/ブロッコリー さつま芋・玉葱/りんご	オレンジ ねじりん棒 牛乳	オレンジ ねじりん棒	
11	木	畑のクラッカー 牛乳	ごはん/サワラとごぼうの煮付 小松菜と厚揚げのごま和え/トマト 麩とわかめのみそ汁/フルーツ	米/サワラ・ごぼう・土生姜 小松菜・キャベツ・厚揚げ・ごま/トマト 麩・わかめ/バナナ *幼児は昼食で牛乳を飲みます	みかんゼリー クリームサンドクラッカー お茶	みかんジュース・寒天 クリームサンドクラッカー	
12	金	りんご 牛乳	ごはん/ビーマンの肉詰め 竹輪とじゃが芋のみそ煮 大根とうす揚げのすまし汁/フルーツ	米/合挽ミンチ・ビーマン・玉葱・人参・パン粉・豆乳・ケチャップ じゃが芋・人参・竹輪 大根・うす揚げ・青葱/オレンジ	冷やしうどん 牛乳	うどん麺・うす揚げ 青葱	
13	土	紫芋チップ お茶	そぼろ丼 南瓜のみそ汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・土生姜・ほうれん草・コーン缶 南瓜・玉葱・人参・青葱/りんご	ミレービスケット 牛乳	ミレービスケット	
15	月	海の日(休園)					
16	火	野菜スティック お茶	ごはん/サバのみそ煮 カロチンとえ とろろ昆布汁/フルーツ	米/サバ・土生姜 ほうれん草・南瓜・人参・かつお節 玉葱・とろろ昆布/オレンジ	麩のラスク 牛乳	麩・マーガリン 生クリーム	
17	水	黒糖蒸しパン 牛乳	キーマカレー/じゃが芋のソテー トマトサラダ/フルーツ	白米・豚ミンチ・玉葱・人参・ビーマン・ニンニク・カレー粉・ケチャップ・ソース じゃが芋・キャベツ・胡瓜・トマト/バナナ	りんごゼリー きなこせんべい/お茶	りんごジュース・寒天 きなこせんべい	
18	木	バナナ お茶	<幼児満足の日> *3・4・5歳児はお弁当です ごはん/肉団子の甘酢あん おかかビーマン/さつま芋の甘煮 小松菜のみそ汁/フルーツ	米/合挽ミンチ・玉葱・人参・パン粉・豆乳 ビーマン・かつお節/さつま芋 小松菜・うす揚げ/オレンジ	ストロベリーツイスト 牛乳	ストロベリーツイスト (卵入り)	
19	金	ミレービスケット 牛乳	<7月生まれ誕生会> とうもろこしごはん/トンカツ 野菜サラダ/トマト 冬瓜のすまし汁/フルーツ	米・とうもろこし/豚肉・小麦粉・パン粉・ソース・ケチャップ キャベツ・人参・胡瓜・ツナ缶・コーン缶/トマト 冬瓜・えのき・うす揚げ/ぶどう・りんご	ココアマフィン 牛乳	ホットケーキミックス ココア・牛乳・生クリーム	
20	土	胚芽スティック お茶	すき焼き丼 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・人参・白菜・糸こんにゃく・焼豆腐・青葱 じゃが芋・えのき・わかめ/オレンジ	ねじりん棒 牛乳	ねじりん棒	
22	月	ひじきスティック 牛乳	生姜ごはん/カジキマグロのみそ焼き キャベツのごま酢和え 豆腐とえのきのすまし汁/フルーツ	米・土生姜/カジキマグロ キャベツ・胡瓜・人参・ごま 豆腐・えのき・青葱/オレンジ	長いものかるかん 牛乳	長いも・上新粉	
23	火	カリボテスナック お茶	ごはん/タンドリーチキン マゼドアンサラダ/ブロッコリー 白菜のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・ヨーグルト・カレー粉 じゃが芋・胡瓜・人参/ブロッコリー 白菜・うす揚げ/りんご	手作りみかんヨーグルト ビスコ お茶	スキムミルク みかん缶・ビスコ	
24	水	りんご 牛乳	ごはん/麻婆茄子/ビーフンサラダ チンゲン菜のスープ/フルーツ	米/豚ミンチ・茄子・干し椎茸・青葱・鶏ガラだし・ニンニク・土生姜 ビーフン・小松菜・人参・ツナ缶・マヨネーズ/チンゲン菜・もやし・人参/バナナ	チーズパン 牛乳	食パン・マーガリン 粉チーズ	
25	木	野菜スティック お茶	炊き込みごはん ツナ入り玉子焼き/さつま芋のレモン煮 素麺のみそ汁/フルーツ	米・鶏肉・ごぼう・人参・干し椎茸・三つ葉 卵・玉葱・人参・ツナ缶/さつま芋・レモン 素麺・うす揚げ・人参/オレンジ	りんご 野菜せんべい 牛乳	りんご 野菜せんべい	
26	金	動物ビスケット 牛乳	ごはん/カレイのパン粉焼き ほうれん草の和え物/南瓜の甘煮 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・パン粉 ほうれん草・もやし・人参/南瓜 キャベツ・うす揚げ/りんご	焼きそば 牛乳	中華種・竹輪・人参 キャベツ・もやし・青葱 青のり・かつお粉・ソース	
27	土	紫芋チップ お茶	ホイコーロー丼 豆腐のすまし汁/フルーツ	米・豚肉・キャベツ・人参・ビーマン 豆腐・わかめ・うす揚げ/オレンジ	ねじりん棒 牛乳	ねじりん棒	
29	月	きなこウエハース 牛乳	カレーライス/ゆで卵 スバグティサラダ/フルーツ	白米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・カレールウ・ニンニク/卵 スバグティ・胡瓜・人参・キャベツ・マヨネーズ/りんご	乳児：カルピスゼリー 幼児：ソーダアイス/お茶	乳児：カルピス・寒天 幼児：ソーダアイス	
30	火	畑のクラッカー お茶	ごはん/金目鯛の照焼き/大豆煮 胡瓜の昆布和え/かき玉汁/フルーツ	米/金目鯛/大豆・人参・ごぼう・昆布 胡瓜・キャベツ・塩昆布/卵・ほうれん草/オレンジ	せんべい 牛乳	せんべい	
31	水	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/酢豚 小松菜ともやしのナムル 春雨スープ/フルーツ	米/豚肉・さつま芋・玉葱・ビーマン・土生姜・ケチャップ 小松菜・もやし・人参・ごま 春雨・チンゲン菜・人参/りんご	おかかおにぎり 牛乳	米・かつお節	

※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、七分つき米を使用しています。
 ※ 調味料は記載以外に、出汁(昆布・青魚・鮭)・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・こしょう・植物油・酢・片栗粉・味噌を使用しています。
 ※ アレルギー児については除去食で対応しています。
 ※ 幼児・昼食時は月・水・金に牛乳を飲みます。(3時のおやつによって変更する場合があります。)
 ※ 延長保育には、フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで提供しています。