

H29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	土	紫芋チップ お茶	中華丼 春雨スープ/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参・椎茸・チンゲン菜・土生姜・鶏ガラ・ニンニク 春雨・わかめ・豆腐/オレンジ	畑のクラッカー 牛乳	畑のクラッカー	
3	月	野菜スティック 牛乳	夏野菜のカレーライス 野菜サラダ フルーツ	白米・鶏肉・茄子・南瓜・ズッキーニ・玉葱・人参・鶏ガラ・ニンニク・カレールフ キャベツ・胡瓜・人参 りんご	人参蒸しパン 牛乳	小麦粉・人参・牛乳 ベーキングパウダー	
4	火	ねじりん棒 お茶	ごはん/ 鱈の南蛮漬け 金時豆/ブロッコリーのごま和え なすのみそ汁/フルーツ	米/ 鱈・玉葱・人参・ピーマン 金時豆/ブロッコリー・キャベツ・ごま 茄子・うす揚げ/りんご	オレンジ ミレービスケット 牛乳	オレンジ ミレービスケット	
5	水	バナナ 牛乳	ごはん/豆腐とえびのケチャップ煮 カラフル金平/ごまめ フルーツ	米/豆腐・豚ミンチ・えび・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 ごぼう・人参・糸こんにゃく・ピーマン/ごまめ りんご	ひじきおにぎり 牛乳	米・ひじき・人参 うす揚げ	
6	木	ふかし芋 お茶	牛肉ごはん/高野豆腐の煮物 カロチンとえ 麩とわかめのみそ汁/フルーツ	米・牛肉・ごぼう/高野豆腐・グリーンピース 南瓜・人参・ほうれん草・鯉節 麩・わかめ・玉葱/バナナ	じゃが芋のチーズ焼き 牛乳	じゃが芋・チーズ	
7	金	胚芽スティック 牛乳	<七夕ランチ> ごはん/枝豆ハンバーグ じゃが芋の青のり和え/トマトサラダ 七夕そうめん/フルーツ	米/鶏ミンチ・豆腐・枝豆・ごま・米粉 じゃが芋・青のり/トマト・胡瓜・大根 素麺・人参・オクラ/メロン	カスタードロール 牛乳	カスタードロール (卵入り)	
8	土	畑のクラッカー お茶	豚丼 小松菜のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・青葱 小松菜・じゃが芋・人参/りんご	ねじりん棒カレー味 牛乳	ねじりん棒カレー味	
10	月	ミレービスケット 牛乳	ごはん/カレイの磯辺焼き さつま芋のレモン煮/キャベツの和え物 かき玉汁/フルーツ	米/カラスガレイ・青のり さつま芋・レモン/キャベツ・人参・もやし 玉葱・卵・青葱/オレンジ	おかかおにぎり 牛乳	米・鯉節	
11	火	野菜せんべい お茶	ごはん/和風ロック 小松菜の和え物/トマト 麩とわかめのみそ汁/フルーツ	米/合挽きミンチ・じゃが芋・白葱・ニンニク・小麦粉・パン粉 小松菜・大根・ツナ缶/トマト 麩・わかめ/オレンジ	りんご 胚芽スティック 牛乳	りんご 胚芽スティック	
12	水	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/豚 キャベツのじゃこ和え ピーンスープ/フルーツ	米/豚肉・さつま芋・玉葱・ピーマン・人参・土生姜・ニンニク キャベツ・胡瓜・ちりめんじゃこ ピーン・小松菜・人参・干し椎茸・鶏ガラ/オレンジ	ダノンヨーグルト ビスコ お茶	ダノンヨーグルト ビスコ	
13	木	ふかし芋 お茶	ごはん/鯖の塩麹焼き 三色煮/おかかピーマン とろろ昆布汁/フルーツ	米/鯖・塩麹 じゃが芋・人参・ごぼう/ピーマン・鯉節 玉葱・とろろ昆布・青葱/バナナ	冷やしうどん 牛乳	うどん麺・うす揚げ 青葱	
14	金	紫芋チップ 牛乳	ごはん/鶏じゃが キャベツのゆかり和え 小松菜のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・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・もやし・ゆかり 小松菜・うす揚げ/オレンジ	レーズン甘食 牛乳	小麦粉・バター・牛乳 ベーキングパウダー レーズン	
15	土	ねじりん棒 お茶	麻婆豆腐丼 玉葱のみそ汁/フルーツ	米・豚ミンチ・豆腐・干し椎茸・青葱・土生姜・ニンニク・鶏ガラ ほうれん草・玉葱・さつま芋/りんご	ミレービスケット 牛乳	ミレービスケット	
17	月	海の日(休園)					
18	火	ミルクスティック お茶	キーマカレー ゆで玉子/ブロッコリーのサラダ フルーツ	白米・合挽きミンチ・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・カレー粉・ケチャップ・ソース 卵/ブロッコリー・人参・キャベツ りんご	ジャムサンド 牛乳	食パン・いちごジャム	
19	水	野菜せんべい 牛乳	ごはん/鮭の生姜焼き 五目ひじき煮/ブロッコリーの白和え さつま芋のみそ汁/フルーツ	米/鮭・土生姜 ひじき・人参・えのき・うす揚げ・グリーンピース/ブロッコリー・豆腐・ごま 玉葱・さつま芋/りんご	焼きそば 牛乳	中華麺・キャベツ・竹輪 もやし・青葱・ソース 青のり	
20	木	ブルーベリー ヨーグルト お茶	<幼児満足の日> ※3・4・5歳児はお弁当です 人参ごはん ポテトグラタン わかめのスープ/フルーツ	米・人参 鶏肉・じゃが芋・玉葱・しめじ・グリーンピース・バター・小麦粉・牛乳・パン粉・チーズ 春雨・わかめ・人参・チンゲン菜/オレンジ	バナナ ねじりん棒 牛乳	バナナ ねじりん棒	
21	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/チューリップの唐揚げ 夏野菜の煮浸し 冬瓜のすまし汁/フルーツ	米・とうもろこし/鶏肉・土生姜・ニンニク・ミニトマト 茄子・南瓜・オクラ・鯉節 冬瓜・しめじ・三つ葉/ぶどう・りんご	マシュマロサンド 牛乳	ビスケット マシュマロ	
22	土	ねじりん棒カレー味 お茶	あんかけ丼 豆腐のみそ汁/フルーツ	米・豚ミンチ・春雨・人参・玉葱・干し椎茸・青葱 豆腐・うす揚げ・小松菜/りんご	胚芽スティック 牛乳	胚芽スティック	
24	月	カル鉄スティック 牛乳	ビビンバ/豚肉の甘辛炒め じゃが芋のソテー 白菜のみそ汁/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 白菜・うす揚げ/りんご	オレンジ 野菜せんべい 牛乳	オレンジ 野菜せんべい	
25	火	りんご お茶	ごはん/ピーマンの肉詰め 切干大根の煮物/胡瓜の酢の物 素麺のみそ汁/フルーツ	米/合挽きミンチ・ピーマン・玉葱・パン粉・豆乳・ケチャップ 切干大根・うす揚げ・人参・三度豆/胡瓜・もやし・わかめ・コーン缶 素麺・竹輪・青葱/オレンジ	昆布おにぎり 牛乳	米・昆布・ごま	
26	水	畑のクラッカー 牛乳	ごはん/鯖の照焼き 五目大豆煮/ほうれん草の和え物 さつま芋のみそ汁/フルーツ	米/鯖 大豆・人参・板こんにゃく・三度豆・昆布/ほうれん草・キャベツ 玉葱・さつま芋/りんご	山ももゼリー ミレービスケット 牛乳	山もも・寒天 ミレービスケット	
27	木	ねじりん棒 お茶	ごはん/麻婆茄子 焼きピーン キャベツのみそ汁/フルーツ	米/合挽きミンチ・茄子・青葱・土生姜・ニンニク・鶏ガラ ピーン・豚肉・玉葱・人参・小松菜 キャベツ・うす揚げ/バナナ	チーズパン 牛乳	食パン・マーガリン チーズ	
28	金	ジャムサンド 牛乳	ごはん/わかさぎのフライ ひじき煮/小松菜の和え物 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/わかさぎ・小麦粉・パン粉 ひじき・蓮根・竹輪・ピーマン/小松菜・えのき・人参 豆腐・玉葱・わかめ/りんご	フルーツヨーグルト ビスコ お茶	スキムミルク・バナナ 黄桃缶・ビスコ	
29	土	ひじきスティック お茶	すき焼き丼 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・白菜・玉葱・人参・糸こんにゃく・焼き豆腐 じゃが芋・しめじ・ほうれん草・りんご	野菜せんべい 牛乳	野菜せんべい	
31	月	ミレービスケット 牛乳	ごはん/夏野菜のかき揚げ ささみと胡瓜の和え物 麩とうす揚げのみそ汁/フルーツ	米/ゴーヤ・南瓜・さつま芋・茄子・玉葱・とうもろこし 鶏肉・胡瓜・人参・ごま 麩・うす揚げ・わかめ/りんご	人参おにぎり 牛乳	米・人参	

※ 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、五分づ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。
 ※ アレルギーは除去食で対応しています。
 ※ 乳児・朝のおやつは月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 幼児・昼食時は月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 延長保育には、パン・フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで用意しています。