

令和5年度

7月の献立表

(2~5歳児)

幼保連携型認定こども園 近田幼稚園

| 日            | 献立  | (赤) 血や肉になる食品   | (緑) 体の調子を整える食品                           | (黄) 働く力になる食品                   | 3時のおやつ  |
|--------------|---|--|--|--------------------------------|---|
| 21<br>金<br>B | ごはん<br>ポークチャップ<br>コールスローサラダ<br>味噌汁(わかめ)   | 豚ロース<br>わかめ 味噌   | 玉ねぎ 人参 しめじ<br>ピーマン キャベツ コーン<br>きゅうり ねぎ   | 七分つき米<br>砂糖<br>マヨネーズ           | ツナパン<br>ツナ 小麦粉 砂糖<br>ベーキングパウダー  |
| 24<br>月<br>A | ごはん<br>南瓜のチーズ焼き<br>ミネストローネ                | ウインナー チーズ  | 玉ねぎ 南瓜<br>人参 大根 ブロッコリー<br>エリンギ トマト       | 七分つき米<br>マカロニ                  | ゆかりにぎり<br>ゆかり<br>七分つき米  |
| 25<br>火<br>B | ごはん<br>魚のちゃんちゃん焼き<br>ブロッコリーの和え物<br>吸い物(ふ) | 魚の切り身<br>味噌<br>ツナ  | 玉ねぎ 人参 ピーマン<br>えのき キャベツ<br>ブロッコリー<br>みつば | 七分つき米<br>砂糖<br>春雨<br>ふ         | <br>ジャムサンド<br>ジャム 食パン                  |
| 26<br>水<br>特 | 豚丼<br>豆汁                                  | 豚肉<br>大豆<br>        | 玉ねぎ 人参 小松菜<br>えのき<br>ごぼう れんこん ねぎ         | 七分つき米<br>糸こんにゃく                | ★バナナ  |
| 27<br>木<br>A | ごはん<br>あんかけ焼きそば<br>卵とレタスのスープ              | 豚肉<br>卵  | 玉ねぎ 人参 白菜<br>小松菜 えのき キャベツ<br>レタス もやし ねぎ  | 七分つき米<br>そば 片栗粉                | コーンパン<br>コーン 小麦粉 砂糖<br>ベーキングパウダー  |
| 28<br>金<br>B | ごはん<br>魚の味噌煮込み<br>根菜サラダ<br>吸い物(豆腐)        | 魚の切り身 味噌<br>ハム<br>豆腐   | しいたけ えのき<br>人参 れんこん ごぼう<br>きゅうり コーン みつば  | 七分つき米<br>砂糖<br>マヨネーズ           | <br>みたらし団子<br>白玉粉 砂糖                 |
| 29<br>土<br>B | ごはん<br>酢豚<br>中華サラダ<br>わかめスープ              | 豚肉<br>ハム<br>わかめ<br> | 玉ねぎ しいたけ<br>ピーマン 人参<br>きゅうり<br>もやし       | 七分つき米<br>片栗粉 砂糖<br>春雨          | ★カルテツウエハース<br>★ぐみっこ   |
| 31<br>月<br>A | 炊き込みごはん<br>ごま和え<br>冷やしうどん                 | 鶏肉 うすあげ<br>わかめ   | ごぼう 人参 しいたけ<br>キャベツ 小松菜<br>おくら コーン ねぎ    | 七分つき米<br>こんにゃく<br>ごま 砂糖<br>うどん | <br>チーズパン<br>チーズ 砂糖 豆乳<br>ホットケーキミックス |

♪ ★印のおやつは、市販のおやつです。

♪ 天候等により、献立、食材がやむ得ず変更になることがあります。ご了承ください。