




令和4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
20 水 A	炊き込みごはん 和え物 冷やしうどん	鶏肉 ツナ	ごぼう 人参 しいたけ キャベツ しめじ おくら コーン ねぎ	七分つき米 こんにやく 砂糖 うどん	 ジャムサンド ジャム 食パン
21 木 A	ごはん 高野豆腐のチーズ焼き カレースープ	高野豆腐 チーズ 鶏肉	玉ねぎ 人参 小松菜 エリンギ 大根 ブロッコリー	七分つき米 砂糖 マカロニ	ごまにぎり ごま 七分つき米
22 金 B	ごはん 魚のあんかけ 野菜のゆかり和え 味噌汁(冬瓜)	魚の切り身 味噌	玉ねぎ 人参 えのき キャベツ 小松菜 きゅうり 冬瓜 ねぎ	七分つき米 片栗粉	バナナケーキ バナナ 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
23 土 特	そぼろ丼 南瓜サラダ 味噌汁(ズッキーニ)	合挽きミンチ ハム 味噌	人参 コーン さやいんげん 玉ねぎ 南瓜 きゅうり ズッキーニ ねぎ	七分つき米 砂糖 マヨネーズ	★ねじりん棒 ★ラムネ
25 月 A	ごはん スパニッシュオムレツ 大豆スープ	卵 大豆 ウインナー	玉ねぎ ピーマン 小松菜 人参 大根 エリンギ ブロッコリー パセリ	七分つき米 じゃがいも	ゆかりにぎり ゆかり 七分つき米
26 火 B	ごはん 煮魚 筑前煮 吸い物(きのこ)	魚の切り身 ちくわ 	大根 ごぼう れんこん 人参 しいたけ しめじ えのき みつば	七分つき米 砂糖 こんにやく	ホットケーキ 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
27 水 B	ごはん 鶏肉のチーズ焼き コーンとわかめの和え物 スープ(れんこん)	鶏肉 チーズ わかめ ベーコン	玉ねぎ 人参 小松菜 トマト キャベツ コーン れんこん パセリ	七分つき米 砂糖	白玉きなこ 白玉粉 砂糖 きな粉
28 木 特	中華丼 卵とにらのスープ	豚肉 卵	玉ねぎ 人参 白菜 キャベツ 小松菜 にら もやし	七分つき米 片栗粉	 ウインナーパン ウインナー 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー
29 金 B	ごはん 魚のハーブ焼き マカロニのソテー コーンスープ	魚の切り身 ウインナー 卵	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン パセリ	七分つき米 パン粉 バター マカロニ じゃがいも 片栗粉	バナナ
30 土 特	ごはん 和風パスタ カラフルサラダ	ツナ ベーコン	しいたけ しめじ えのき 大根 きゅうり コーン パプリカ	七分つき米 スパゲティ 砂糖	★英字ビスケット ★スティックゼリー

♪ ★印のおやつは、市販のおやつです。