

こんだてひょう

2022年度 7月

ひ ち	よ う び	しゅしよく	おかず	さんしよくぶるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちようしきととのえる		
1	金	ナン	なつやさいカレー かたぬきチーズ もやしサラダ キウイフルーツ きゅうにゅう	ぶたにく ハム きゅうにゅう	ナン ジャがいも サラダあぶら ごま さとう	にんじん たまねぎ さやいんげん ピーマン なす	クリームサンドクラッカー (1才児...ウェハース) きゅうにゅう	たこいりおのみやき むぎぢゃ
2	土	ごはん	しおダッカルピ かぼちゃのあまに みそしる むぎぢゃ	とりにく あぶらあげ みそ	こめ ごまあぶら さとう	にんにく にんじん ながねぎ にら キャベツ	あまからせんべい (1才児...わかせんべい) きゅうにゅう	ビスケット きゅうにゅう
4	月	ごはん	はっほうさい わかめとしらすのすのもの クレープフルーツ むぎぢゃ	ぶたにく えび しらす	こめ かたくりこ ごまあぶら さとう	にんじん たまねぎ ほししいだけ しょうが もやし	ぶしが きゅうにゅう	スコーン きゅうにゅう
5	火	バターロール	しろみざかなのこうそうやき のりサラダ しめじとウィンナーのスープ きゅうにゅう	かじき こなチーズ ウィンナー きゅうにゅう	バターロール パンこ オリーブオイル さとう	パセリ にんにく たまねぎ トマト にんじん しめじ	すいか むぎぢゃ	みかんかんでん むぎぢゃ
6	水	えだまめごはん	おろしハンバーグ ほうれんそうのごま Mayo あえ チンゲンサイのたまごスープ パニョアイス (乳児...クレープ) ジュース	ぶたにく きゅうにゅう たまご ちくわ	こめ パンこ さとう ごま マヨネーズ	えだまめ たまねぎ だいこん にんじん	のりせんべい (1才児...わかせんべい) きゅうにゅう	マカロニきなこ むぎぢゃ
7	木	キラキラそうめん	コロッケ だいごんのまめツナサラダ オレンジ きゅうにゅう	ぶたにく ツナ きゅうにゅう	そうめん サラダあぶら さとう ごまあぶら	にんじん オクラ だいごん えだまめ オレンジ	クリームサンドビスケット きゅうにゅう	あおなおにぎり むぎぢゃ
8	金	ふりかけごはん	とりにくのにももの こまつなのひだし わふうごまみそとうにゅうスープ パナナ むぎぢゃ	とりにく あぶらあげ みそ とうにゅう	こめ さとう ごま	にんにく しょうが にんじん こまつな しめじ	ビスケット きゅうにゅう	ツナマトトースト きゅうにゅう
9	土	ごはん	さけのタンドライヤき ブロッコリーのマリネ きのことベーコンのスープ むぎぢゃ	ヨーグルト さけ ベーコン	こめ さとう オリーブオイル	にんにく ブロッコリー ミニトマト たまねぎ	クッキー きゅうにゅう	あまからせんべい (1才児...えびせんべい) きゅうにゅう
11	月	シーフードやきそば	あじつきごさかな やきとうもろこし わかめのちゅうかスープ すいか きゅうにゅう	ぶたにく えび きゅうにゅう	サラダあぶら ちゅうかめん とうもろこし	にんじん たまねぎ もやし キャベツ えのきたけ	しおせんべい (1才児...やわらかせんべい) きゅうにゅう	ふかしいち むぎぢゃ
12	火	バターロール	チキンなんばん まっくろくろすけサラダ はくさいスープ きゅうにゅう	とりにく たまご ハム ベーコン きゅうにゅう	バターロール こむぎ さとう サラダあぶら さいご	たまねぎ パセリ にんじん きゅうり だいごん	パイ きゅうにゅう	うめとしらすのおにぎり むぎぢゃ
13	水	ごはん	とうふのちゅうかあんかけ わかめとささみのサラダ おかかこんにやく パイナップル むぎぢゃ	ぶたにく とうふ とりにく かつおぶし	こめ ごまあぶら さとう かたくりこ こんにやく	にんにく にんじん ほししいだけ もやし きゅうり	きなこせんべい (1才児...ごませんべい) きゅうにゅう	こめこのチーズむしパン きゅうにゅう
14	木	バイキング給食 ごはん (やきのり・ゆかり)	ぶたにくとほうれんそうのみそいため しろみざかなのにつけ ばんざんすい フライドポテト とうがらしスープ ゼリー ジュース2しゆるい	ぶたにく みそ かじき ハム とりにく	こめ ごまあぶら さとう はるさめ じゅがいも	やきのり にんじん たまねぎ ほうれんそう	クッキー きゅうにゅう	コーンフレーク きゅうにゅう
15	金	ハムピラフ	チキンステーキ かぼちゃサラダ アスパラとひきにくのスープ きゅうにゅう	ハム とりにく ぶたにく きゅうにゅう	こめ サラダあぶら バター さとう マヨネーズ	にんじん たまねぎ コーン グリンピース	ビスケット きゅうにゅう	フルーツヨーグルト むぎぢゃ
16	土	きのこスパゲッティ	スパニッシュオムレツ みそドレサラダ だいごんとささみのスープ きゅうにゅう	ベーコン たまご きゅうにゅう ハム みそ とりにく	サラダあぶら スパゲティ ごま さとう	にんにく たまねぎ えのきたけ しめじ にんじん	チーズサンドクラッカー (1才児...クラッカー) きゅうにゅう	あまからせんべい (1才児...やわらかせんべい) むぎぢゃ
19	火	だにんどん	とりにくのさっぱり チンゲンサイのオイスターいため メロン むぎぢゃ	ぶたにく たまご とりにく あつあげ	こめ さとう かたくりこ ごまあぶら	にんじん たまねぎ ながねぎ やきのり にんにく	ビスケット きゅうにゅう	ウィンナーとチーズのハンケーキ きゅうにゅう
20	水	カレーうどん	シュウマイ たことキャベツのちゅうかサラダ もものかんづめ きゅうにゅう	ぶたにく たこ きゅうにゅう	うどん ジャがいも かたくりこ ごま さとう	にんじん たまねぎ ながねぎ きゅうり もも	わかめせんべい きゅうにゅう	ゆかりおにぎり むぎぢゃ
21	木	ごはん (とりそぼろ)	さばのみそれに いんげんのごまあえ おすいもの すいか むぎぢゃ	とりにく さば とうふ	こめ さとう かたくりこ ごま	だいごん しょうが こねぎ にんじん わかめ	えびせん きゅうにゅう	パナナ きゅうにゅう
22	金	しよくパン (ジャム)	チキンとやさいのグリル コーンサラダ エビーシースープ きゅうにゅう	とりにく ベーコン きゅうにゅう	しよくパン ジャム オリーブオイル さとう	かぼちゃ たまねぎ ミニトマト きゅうり コーン	ウェハース きゅうにゅう	スイートポテト むぎぢゃ
23	土	おかかごはん	すだた きゅうりのちゅうかあえ かきたまじる むぎぢゃ	かつおぶし ぶたにく たまご	こめ さとう かたくりこ ごま ごまあぶら	にんじん たまねぎ ほししいだけ ピーマン みつば	ビスケット きゅうにゅう	しおせんべい (1才児...やわらかせんべい) きゅうにゅう
25	月	キャベツとツナの スープスパゲティ	とりにくのバーベキューソースやき エリンギとアスパラのソテー パナナ きゅうにゅう	ツナ とりにく ベーコン きゅうにゅう	スパゲティ サラダあぶら バター	にんにく しめじ しょうが キャベツ たまねぎ	あまからせんべい (1才児...ピザせんべい) きゅうにゅう	いなりすし むぎぢゃ
26	火	ごはん	しろみざかなのピカタ やきにくサラダ こんさいじる キウイフルーツ むぎぢゃ	かじき たまご ぶたにく みそ	こめ こむぎさ さとう ごまあぶら サラダあぶら	パセリ にんじん きゅうり キャベツ にんにく	しおせんべい (1才児...いわしせんべい) きゅうにゅう	こくとうおらうスク きゅうにゅう
27	水	メープルパン	ぶたにくのたまねぎソースかけ シーフードサラダ ミネストローネ とうにゅう	ぶたにく えび ベーコン だいず	かたくりこ サラダあぶら さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ トマト	クリームサンドビスケット きゅうにゅう	ピーチミルクプリン むぎぢゃ
28	木	ごはん	とりだんごのスープに ポイルウィンナー ジャーマンポテト オレンジ むぎぢゃ	とりにく たまご ウィンナー ベーコン	こめ かたくりこ はるさめ ごまあぶら じゃがいも	しょうが にんじん ほししいだけ ながねぎ はくさい	ビスケット きゅうにゅう	パリパリピザ きゅうにゅう
29	金	ごまだれ ひやしちゅうか	ホイコーロー いわしスティック パイナップルのかんづめ きゅうにゅう	ハム たまご ぶたにく きゅうにゅう	ちゅうかめん サラダあぶら さとう ごま	きゅうり もやし ミニトマト にんじん	クラッカー きゅうにゅう	カレーおにぎり むぎぢゃ
30	土	カリカリうめごはん	さけのみそマヨネーズやき ちくぜんに こまつなとえのきのわふうスープ むぎぢゃ	みそ さけ とりにく ちくわ さつまあげ とうふ	こめ マヨネーズ こんにやく さとう かたくりこ	たまねぎ にんじん だいごん こぼろ かんこん	しおせんべい (1才児...やわらかせんべい) きゅうにゅう	サブシ きゅうにゅう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します
☆延長保育用おやつは別途あります

夏やさいカレー 1日(金)
子どもたちが収穫した夏やさいがたくさん入ってます。おたのしみに♪

乳児すいか割り 5日(火)
乳児ぐみさんは10時のおやつとしてすいかをいただきます。

誕生会 6日(水)
おたんじょうびおめでとう

今月の平均栄養摂取量 (給食)	
エネルギー	469 kcal
たんぱく質	17.6 g

