



7月 給食献立表



2022年 カレールウ・ロースハム・ベーコン・ウインナー・マヨネーズ・焼き竹輪はアレルギー対応しています。

林田保育園

日曜	昼食	10時(3未)	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
		ミルク				
1 金	鮭のゴマ味噌焼き 青菜のソテー すまし汁 オレンジ	シガーフライ	ぶどうゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・さけ みそ・ロースハム・豆腐 かまぼこ・煮干	揚げせんべい・ごま マヨネーズ・バター・上白糖	たまねぎ・こまつな・人参・もやし ねぎ・わかめ・オレンジ ぶどう飲料・寒天
2 土	かやくうどん 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・かまぼこ 油揚げ・煮干・チーズ	うどん・上白糖・天かす マーガリン・パン	人参・椎茸・ねぎ バナナ
4 月	鶏肉の照り焼き ツナサラダ なめこのみそ汁 オレンジ	ビスケット	ポンデドーナツ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・ツナ缶・豆腐・煮干 みそ	ビスケット・上白糖・片栗粉 マヨネーズ・ホットケーキMIX 白玉粉・グラニュー糖・調合	キャベツ・きゅうり・人参・なめこ ねぎ・わかめ・オレンジ
5 火	夏野菜カレー コールスローサラダ ゆで卵 チーズ すいか	かみかみこんぶ	レモンクッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚肉・ロースハム・卵 チーズ・生クリーム	調合油・上白糖・マヨネーズ ホットケーキMIX・薄力粉 バター	昆布・たまねぎ・人参 ズッキーニ・なす・赤ピーマン コーン・キャベツ・きゅうり すいか・レモン
6 水	コロケ 野菜炒め わかめのみそ汁 バナナ	パン	野沢菜おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ベーコン・豆腐・みそ・煮干	パン・コロケ・調合油・米	人参・たまねぎ・キャベツ しめじ・ブロッコリー・コーン わかめ・バナナ・野沢菜
★ 7 木	七夕 ちらし寿司 星のハンバーグ 人参のグラッセ オクラのみそ汁 メロン	シガーフライ	お星さまゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 竹輪・油揚げ・高野豆腐・卵 鶏肉・かまぼこ・煮干・みそ	揚げせんべい・米・上白糖 調合油・マーガリン・ゼリー	椎茸・れんこん・人参・焼きのり ねぎ・オクラ・わかめ・メロン
8 金	さんまの生姜煮 マカロニサラダ かぼちゃのみそ汁 オレンジ	さきするめ	黒糖蒸しパン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・さんま・ロースハム 油揚げ・煮干・みそ	上白糖・マカロニ マヨネーズ・調合油 ホットケーキMIX・黒砂糖	生姜・人参・きゅうり・ねぎ かぼちゃ・オレンジ
9 土	お楽しみ会					
11 月	タンドリーチキン おくらのおかか和え 豆腐のみそ汁 オレンジ	ビスケット	ホットケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・ヨーグルト・かつお節 豆腐・油揚げ・煮干・みそ	ビスケット・ながいも ホットケーキMIX・バター	にんにく・たまねぎ・オクラ・人参 ねぎ・わかめ・オレンジ
12 火	なすグラタン かぼちゃの煮物 のり汁 バナナ	スナックパン	ココアクッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 合挽肉・チーズ・豆腐	パン・上白糖・薄力粉・バター ホットケーキMIX	たまねぎ・なす・人参・ピーマン かぼちゃ・あおさ・ねぎ・バナナ
13 水	春雨の炒め物 なら玉 わかめスープ すいか	かみかみこんぶ	マーガリンサンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚肉・卵	春雨・上白糖・ごま油・パン マーガリン	昆布・生姜・たまねぎ・人参 もやし・椎茸・なら・ねぎ・コーン わかめ・すいか
14 木	酢豚 おきな和え ごぼうのみそ汁 バナナ	シガーフライ	牛乳寒天	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚肉・豆腐・みそ・煮干	揚げせんべい・片栗粉 上白糖	たまねぎ・ピーマン・赤ピーマン 椎茸・人参・きゅうり・たくあん漬 塩昆布・ごぼう・わかめ・バナナ 寒天・みかん缶詰
15 金	かれいのみぞれ煮 白和え なすのみそ汁 オレンジ	さきするめ	焼きそば	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・かれい・豆腐 油揚げ・煮干・みそ・豚肉	上白糖・ごま・中華めん 調合油	生姜・大根・ほうれんそう・人参 ねぎ・なす・オレンジ・キャベツ もやし・椎茸・ピーマン・あおのり
16 土	肉うどん 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・豚肉 煮干・チーズ	うどん・上白糖 マーガリン・パン	ねぎ・オクラ・人参・焼きのり バナナ
18 月	海の日					
19 火	牛肉ときのこの炒めもの 粉ふきいも すまし汁 すいか	パン	わかめおにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 牛肉・みそ・豆腐 かまぼこ・煮干	パン・上白糖・ごま じゃがいも・米	人参・しめじ・椎茸・エリンギ たまねぎ・あおさ・ねぎ・オレンジ わかめ
🎂 20 水	♥誕生日会♥ ピラフ 鶏肉のから揚げ スパサラダ 夏野菜スープ メロン	かみかみこんぶ	アイスクリーム	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ベーコン・鶏肉・ロースハム アイスクリーム	米・バター・片栗粉・調合油 パスタ・マヨネーズ	昆布・人参・たまねぎ・しめじ コーン・えだまめ・生姜・きゅうり ズッキーニ・赤ピーマン 黄ピーマン・トマト・メロン
21 木	ヘルシーミートローフ ひじきの煮付 コンソメスープ バナナ	さきするめ	フライドポテト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・合挽肉・豆腐 油揚げ・竹輪・ベーコン	パン粉・上白糖・調合油 じゃがいも	たまねぎ・ほしひじき・人参 グリーンピース・しめじ・ピーマン コーン・バナナ
22 金	白身魚のムニエル きんぴらごぼう のみそ汁 オレンジ	シガーフライ	プリン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 かれい・竹輪・油揚げ・みそ 煮干	揚げせんべい・薄力粉 バター・ごま・上白糖 ごま油・焼きふ・プリンの素	レモン・ごぼう・人参・ほしひじき グリーンピース・ねぎ・わかめ オレンジ
23 土	しょうゆラーメン 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・焼豚・煮干 チーズ	中華めん・上白糖 マーガリン・パン	キャベツ・もやし・コーン・人参 ねぎ・生姜・バナナ
25 月	八宝菜 ギョーザ 春雨のスープ すいか	ビスケット	ヨーグルト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚肉・ぎょうざ・ヨーグルト	ビスケット・片栗粉・ごま油 春雨	白菜・人参・もやし・椎茸 ピーマン・たまねぎ・生姜・ねぎ しめじ・わかめ・すいか
26 火	豚丼 きゅうりの酢の物 ゆで卵 チーズ バナナ	かみかみこんぶ	ジャムサンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚ひき肉・みそ・しらす・卵 チーズ	調合油・上白糖・ごま・パン いちごジャム	昆布・生姜・たまねぎ 赤ピーマン・しめじ・きゅうり えだまめ・人参・わかめ バナナ
27 水	肉豆腐 さつまいも天ぷら キャベツのみそ汁 オレンジ	スナックパン	わらびもち	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚肉・豆腐・油揚げ 煮干・みそ・きな粉	パン・調合油・上白糖 さつまいも・天ぷら粉 くず粉	人参・白菜・グリーンピース キャベツ・たまねぎ・わかめ オレンジ
📅 28 木	♠パンの日♠ ホットドック ひじきサラダ 野菜スープ オレンジ	シガーフライ	梅しらすおにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ウインナー・ツナ缶 しらす	揚げせんべい・ロールパン マヨネーズ・米	キャベツ・ほしひじき・きゅうり 人参・もやし・たまねぎ ピーマン・オレンジ・梅干
29 金	ささみフライ キャベツサラダ オクラのみそ汁 オレンジ	さきするめ	フルーチェ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・ささ身・大豆 チーズ・油揚げ・煮干・みそ	天ぷら粉・パン粉 マヨネーズ	あおさ・キャベツ・きゅうり・ねぎ オクラ・人参・わかめ・オレンジ メロン果汁
30 土	ミートスパゲティー 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・合挽肉 チーズ・煮干	パスタ・上白糖・マーガリン パン	たまねぎ・人参・椎茸・ピーマン グリーンピース・バナナ

※ご飯は3未のみです。3未の10時のおやつも食品目に記載しています。7日は七夕、28日はパンの日です。黄、青、白組はご飯はいりません。20日は誕生日会です。黄、青、白組はご飯はいりません。お米を1合持ってきてください。※都合により、献立は変更になる場合があります。