7月の献立 R5年度 新町かぜいろ こども園



0		L		The state of the s	¥ 1),	¥1),				
				名	未満児 10時おやつ	3時おやつ	材料名	エネ ルギー (kcal) 上段・・・ 以	蛋白質 (g) 上児/下段	食塩 (g) …未満児
1	土	ごはん	回鍋肉	中華風スープ	お茶	十孔	米/豚肉・にんにく・生姜・玉葱・人参・ しめじ・キャベツ・ピーマン/わかめ・	542	18.3	1.9
_			カかめサラダ	バナナ +/ヨネのキ/・ナナ)・・・	小魚 お茶	いちごクレープ 牛乳	きゅうり・人参/豆腐・大根・長葱	469	19.4	2.
2	日		*お弁当対応になりまる		おせんべい	アスパラガス	ソ/歴中 90中 わから 丁井/エ ブ			
3	月	ごはん	ミートローフ 鉄骨サラダ	味噌汁 グレープフルーツ	お茶 クラッカー	十七 十七 十七 十七 十七	米/豚肉・鶏肉・おから・玉葱/チーズ・ ひじき・きゅうり・小松菜/大根・キャベ ツ・しめじ	565 496	23.7 19.8	2.°
4	火	ごはん	鮭の書のり焼き	お吸い物	牛乳	豆乳	米/鮭/キャベツ・小松菜・人参/白菜・	476	22.1	1.
-		C1&70	キャベツの胡麻マヨ和え	ヨーグルト	バナナチップ	22919171	えのき・わかめ 米/豚肉・高野豆腐・人参・大根・しめ	446	22.3	1.
5	水	ごはん	豚肉の醤油煮 オムレツ	バナナ	お茶 チーズ	十七	じ・椎茸・ピーマン/鶏卵・ハム・キャベツ・玉葱	655 570	28.4 25.1	1.0
6	木	ごはん	照り焼きチキン	トマトと卵のスープ	お茶	牛乳・チーズ	米/鶏肉/小松菜・もやし・きゅうり・か	667	27.6	2.
	_		小松菜のおかか和え 七タサラダうどん	ゼリー	おせんべい お茶	ノコイス・1なり///	つお節/鶏卵・玉葱・人参・トマト 	578 489	23.5 19.6	2. 3.
7	金	うどん	上州焼売	メロン		ピーチショートケーキ	コーン・トマト/焼売	416	20.3	3.
8	土	1	鱈のケチャップあんかけ	野菜スープ	牛乳	\$0,0°\$	米・わかめ/鱈・人参・玉葱・ピーマン/ もやし・きゅうり・わかめ/大根・しめ	451	17.2	2.
_	⊢	ごはん	もやしのお浸し	ゼリー	クラッカー お茶	クッキー・ハッピーターン 牛乳	<u>じ·ニラ</u>	485	20	2.
9	日		*お弁当対応になりまる	す(園で用意します) *	チーズ	えびせん				
10	月	ごはん	肉じゃが		お茶		米/豚肉・玉葱・人参・白滝・いんげん /豆腐・ほうれん草・人参・しめじ	543	20.6	1.0
4.4		, , , ,	ほうれん草の白和え アジフライ	バナナ けんちん汁	おせんべい お茶		米/鰺/大豆・さつま揚げ・ひじき・人	477 496	17.3 14.7	1.4
11	火	ごはん	ひじきの五目煮	ゼリー	バナナチップ	クリームサンド	参・絹さや/豆腐・油揚げ・里芋・大根・人参・牛蒡・蒟蒻・浅葱	408	12	1.2
12	水	ごはん	すき焼き風煮 もやしのナムル	オレンジ	お茶 小魚		米/豚肉・豆腐・白菜・椎茸・人参・長葱・白滝/もやし・キャベツ・小松菜・人	489 419	17.3 18.5	0.9
13	木	ごはん	カツオの季味焼き	味噌汁	お茶	4到.	<u> ※</u> */鰹・生姜・長葱/チーズ・さつま芋・ 南瓜・きゅうり/茄子・人参・いんげん・	540	21.8	1.0
ı	<u> </u>	_ i&/\	かぼちゃサラダ	ゼリー	クラッカー	チョコワ		488	20.3	1.7
14	金	ごはん	炒り鶏 じゃこサラダ	グレープフルーツ	お茶 チーズ	十七	☆・蓮根・しめじ・いんげん/しらす・小 松菜・キャベツ・もやし	408 366	18.2 16.9	1.6 1.5
15	+	菜飯	肉団子のトマト煮	コンソメスープ	お茶	牛乳	米・大根葉/豚肉団子・にんにく・南瓜・玉葱・茄子・ピーマン/竹輪・蓮根・小松	556	18.7	2
	-		蓮根サラダ	オレンジ	おせんべい お茶		菜・きゅうり/玉葱・人参・ほうれん草	480	15.8	1.7
16	日		*お弁当対応になります	す(園で用意します) *	がナナチップ	さやえんどう				
17	月		*お弁当対応になりまる	す(園で用意します) *	お茶	ジョア		//	//	
10	مار		カレイのパン粉焼き	 かき玉汁	クラッカー お茶	バナナケーキ 牛乳	*/カレイ/ビーフン・人参・ピーマン/	521	19.6	1.3
18	火	こばん	ガレイのパン粉焼き	ゼリー	チーズ	ぶかし子	鶏卵・玉葱・椎茸・三つ葉 米/厚揚げ・豚肉・生姜・大根・人参・	463	19.5	1.4
19	水	ごはん	10 現代の合者	バナナ	お茶 小魚	T16	木/厚揚い・豚肉・生姜・人様・人参・ しめじ・グリンピース/ほうれん草・も やし・きゅうり	572 493	19.5 20.4	1.4 1.
20	木	ごはん	2007年11日	.,,,	お茶	牛乳	米/鶏肉・大根・人参・しめじ・ブロッコ	564	21.8	2.
20	不	C1&/V	千草和え	ゼリー	バナナチップ	ノバリカントラブ	リー/鶏卵・キャベツ・もやし・キャベツ	469	17.7	1.
21	金	パスタ	トマトスパゲティ ブロッコリーサラダ	オレンジ	お茶 おせんべい		パスタ・ツナ・トマト・玉葱・まいたけ/ ブロッコリー・人参・コーン	765 629	24.6 19.7	2.5
22	±	ごはん	ホキフライ	枝豆ス一プ	お茶	牛乳・星たべよ	米/ホキ/油揚げ・小松菜・人参/枝	539	20.7	1.0
			胡麻和え	ゼリー	クラッカー お茶	ウエハース まめぴよ	豆・玉葱・ほうれん草	482	17.6	1.4
		. /		*(周で用章します)*						
23	日		*お弁当対応になりまる		おせんべい	今川焼				0.8
	日月	ごはん	炒り豆腐	浅漬け	お茶	牛乳	米/鶏卵・鶏肉・豆腐・ひじき・玉葱・人 参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅう	493	21.2	~ .
24	月		炒り豆腐 春巻き			牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅう り 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマ	493 433 554	21.2 19.2 16.1	
232425		ごはん	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え	浅漬け ゼリー スイカ	お茶 チーズ お茶 小魚	牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳 いなり寿司	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅう り	433 554 472	19.2 16.1 17.7	2.4 2.5
24 25	月		炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース	浅漬け ゼリー スイカ 中華風ス一プ	お茶 チーズ お茶 小魚 牛乳	牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳 いなり寿司 豆乳・チーズ	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅう り 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマ ト・ズッキーニ/切干大根・人参・わか	433 554 472 543	19.2 16.1 17.7 24.3	2.4 2.1
24 25 26	月火水	ごはん	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース 春雨サラダ	浅漬け ゼリー スイカ	お茶 チーズ お茶 小魚	牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳 いなり寿司 豆乳・チーズ とうもろこし 豆乳	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅうり 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマト・ズッキーニ/切干大根・人参・わかめ・ 米/カジキ・鶏卵/春雨・きゅうり・人参/豆腐・大根・筍・長葱 米/鶏肉/なると・キャベツ・きゅうり・	433 554 472	19.2 16.1 17.7	2.4 2.5 1.7
24 25 26	月火	ごはん	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース 春雨サラダ タンドリーチキン 磯香和え	浅漬け ゼリー スイカ 中華風スープ オレンジ	お茶 チーズ お茶 小魚 牛乳 クラッカー 牛乳 バナナチップ	牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳 いなり寿司 豆乳・チーズ とうもろこし 豆乳 みたらし団子	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅうり 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマト・ズッキーニ/切干大根・人参・わかめ・ 米/カジキ・鶏卵/春雨・きゅうり・人参/豆腐・大根・筍・長葱 米/鶏肉/なると・キャベツ・きゅうり・わかめ/ベーコン・ほうれん草・人参・玉葱	433 554 472 543 554 601 545	19.2 16.1 17.7 24.3 25.7 24.3 22.2	2.4 2.5 1.7 1.0 1.4
24 25 26 27	月火水	ごはん	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース 春雨サラダ タンドリーチキン 磯香和え 麻婆豆腐丼	浅漬け ゼリー スイカ 中華風スープ オレンジ ミルクスープ グレープフルーツ	お茶 チーズ お茶 小魚 牛乳 クラッカー 牛乳 バナナチップ お茶	牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳 いなり寿司 豆乳・チーズ とうもろこし 豆乳 みたらし団子 牛乳	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅうり 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマト・ズッキーニ/切干大根・人参・わかめ・ 米/カジキ・鶏卵/春雨・きゅうり・人参/豆腐・大根・筍・長葱 米/鶏肉/なると・キャベツ・きゅうり・ わかめ/ベーコン・ほうれん草・人参・玉葱 米・豚肉・豆腐・生姜・にんにく・椎茸・筍・にら・長葱/キャベツ・人参・きゅう	433 554 472 543 554 601 545 469	19.2 16.1 17.7 24.3 25.7 24.3 22.2 17.8	2.4 2.1 1.7 1.6 1.4
24 25 26 27 28	月火水木金	ごはん ごはん ごはん	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース 春雨サラダ タンドリーチキン 磯香和え	浅漬け ゼリー スイカ 中華風スープ オレンジ ミルクスープ	お茶 チーズ お茶 小魚 牛乳 クラッカー 牛乳 バナナチップ	牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳 いなり寿司 豆乳・チーズ とうもろこし 豆乳 みたらし団子 牛乳 芋もち 牛乳 サまち 牛乳 サーラ	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅうり 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマト・ズッキー二/切干大根・人参・わかめ・ 米/カジキ・鶏卵/春雨・きゅうり・人参/豆腐・大根・筍・長葱 米/鶏肉/なると・キャベツ・きゅうり・わかめ/ベーコン・ほうれん草・人参・玉葱 米・豚肉・豆腐・生姜・にんにく・椎茸・筍・にら・長葱/キャベツ・人参・きゅうり・コーン バターロール/豚肉・大豆・玉葱・人	433 554 472 543 554 601 545	19.2 16.1 17.7 24.3 25.7 24.3 22.2	2.4 2.3 1. 1. 1.4 1.4 1.4
24 25 26 27 28	月火水木	ごはん ごはん ごはん	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース 春雨サラダ タンドリーチキン 磯香和え 麻婆豆腐丼 キャベツのレモン醤油和え	浅漬け ゼリー スイカ 中華風スープ オレンジ ミルクスープ グレープフルーツ	お チーズ チーズ 小 年 乳 カー キナナ 茶 バナナ ギャン ポーズ おせ お チーズ ボーズ チーズ かん 茶 ズ	牛乳かぼちゃ蒸しパン牛乳いなり寿司豆乳・チーズとうもろこし豆乳みたらし団子牛乳りんごタルト	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅうり 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマト・ズッキーニ/切干大根・人参・わかめ・ 米/カジキ・鶏卵/春雨・きゅうり・人参/豆腐・大根・筍・長葱 米/鶏肉/なると・キャベツ・きゅうり・ わかめ/ベーコン・ほうれん草・人参・ 玉葱 米・豚肉・豆腐・生姜・にんにく・椎茸・ 筍・にら・長葱/キャベツ・人参・きゅうり・コーン	433 554 472 543 554 601 545 469 410	19.2 16.1 17.7 24.3 25.7 24.3 22.2 17.8	2.4 2.1 1. 1.0 1.4 1.4 1.3
24 25 26 27 28 29	月火水木金	ごはん ごはん ごはん	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース 春雨サラダ タンドリーチキン 磯香和え 麻婆豆腐丼 キャベツのレモン醤油和え ポークビーンズ	浅漬け ゼリー スイカ 中華風ス一プ オレンジ ミルクスープ グレープフルーツ オレンジ	お茶 チー茶 小茶 小乳 クラッカー キナチ茶 がナナ茶 おせんべい お茶	牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳 いなり寿司 豆乳・チーズ とうもろこし 豆乳 みたらし団子 牛乳 芋もち 牛乳	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅうり 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマト・ズッキー二/切干大根・人参・わかめ・ 米/カジキ・鶏卵/春雨・きゅうり・人参/豆腐・大根・筍・長葱 米/鶏肉/なると・キャベツ・きゅうり・わかめ/ベーコン・ほうれん草・人参・玉葱 米・豚肉・豆腐・生姜・にんにく・椎茸・筍・にら・長葱/キャベツ・人参・きゅうり・コーン バターロール/豚肉・大豆・玉葱・人参・トマト/ベーコン・じゃが芋・いんげ	433 554 472 543 554 601 545 469 410 584	19.2 16.1 17.7 24.3 25.7 24.3 22.2 17.8 15	2.4 2.5 1.7 1.6 1.4 1.2 1.2
24 25 26 27 28	月火水木金土日	ごはん ごはん ごはん パン	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース 春雨サラダ タンドリーチキン 磯香和え 麻婆豆腐丼 キャベツのレモン醤油和え ポークビーンズ ジャーマンポテト * 赤弁当対応になりま な 鯖の竜田揚げ	浅漬け ゼリー スイカ 中華風スープ オレンジ ミルクスープ グレープフルーツ オレンジ ゼリー *(園で用意します)*	お チ ボ ズ ボ ハ 牛 カ ハ キ ナ ボ 水 糸 乳 ル ー バナ お せ お ー ボ ナ ボ か 茶 ズ ボ カラ お ボ カ カ ボ	牛乳かぼちゃましパン牛乳いなり寿司豆乳・チーこしひうもろ乳みたらし乳サち牛乳りんご乳ルトサッポートサッポート牛乳サッポート牛乳サッポート牛乳サッポート牛乳サッポート牛乳	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅうり 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマト・ズッキーニ/切干大根・人参・わかめ・ 米/カジキ・鶏卵/春雨・きゅうり・人参/豆腐・大根・筍・長葱 米/鶏肉/なると・キャベツ・きゅうり・わかめ/ベーコン・ほうれん草・人参・玉葱 米・豚肉・豆腐・生姜・にんにく・椎茸・筍・にら・長葱/キャベツ・人参・きゅうり・コーン パターロール/豚肉・大豆・玉葱・人参・トマト/ベーコン・じゃが芋・いんげん・玉葱	433 554 472 543 554 601 545 469 410 584 514	19.2 16.1 17.7 24.3 25.7 24.3 22.2 17.8 15 20.2 18.5	1.5
24 25 26 27 28 29	月火水木金土	ごはん ごはん ごはん	炒り豆腐 春巻き 夏野菜カレー 切干大根のゴマ酢和え かじきのタルタルソース 春雨サラダ タンドリーチキン 磯香和え 麻婆豆腐丼 キャベツのレモン醤油和え ポークビーンズ ジャーマンポテト * オ弁当対応になりま な	浅漬け ゼリー スイカ 中華風スープ オレンジ ミルクスープ グレープフルーツ オレンジ ゼリー **(園で用意します) *	お チー茶 チー茶 魚 キー茶 魚 クラッ乳 チナ 茶 ベ お ー 茶 チ お ー 茶 クラッカー	牛乳 かぼちゃ蒸しパン 牛乳 いなり寿司 豆乳・チーズ とうもろこし 豆乳 みたらし乳 サ・ドース 牛乳 りんごタルト 牛乳 りんごタルト 牛乳 サッポロポテト 牛乳	参・いんげん/春巻き/キャベツ・きゅうり 米・豚肉・玉葱・茄子・南瓜・人参・トマト・ズッキーニ/切干大根・人参・わかめ・ 米/カジキ・鶏卵/春雨・きゅうり・人参 /豆腐・大根・筍・長葱 米/鶏肉/なると・キャベツ・きゅうり・ わかめ/ベーコン・ほうれん草・人参・ 玉葱 米・豚肉・豆腐・生姜・にんにく・椎茸・ 筍・にら・長葱/キャベツ・人参・きゅう り・コーン パターロール/豚肉・大豆・玉葱・人 参・トマト/ベーコン・じゃが芋・いんげ ん・玉葱	433 554 472 543 554 601 545 469 410 584 514	19.2 16.1 17.7 24.3 25.7 24.3 22.2 17.8 15 20.2 18.5 23.7 20.8	2.4 2.5 1.7 1.6 1.4 1.2 1.5 1.4 2.2 1.8