

2023年度 7月 給食予定献立表

戸塚愛児園

日付	午前おやつ(乳児)	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質	材 料 名 (○は午後おやつ)			軽食
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 土	牛乳	ハヤシライス キュービックサラダ 春雨スープ	お菓子 牛乳	576.4(496.7) 18.6(16.3)	米、じゃがいも、○ビスケット、○ソフトおせんべい、油、はるさめ、砂糖	豚肩ロース肉、ハヤシルウ、チーズ	にんじん、たまねぎ、きゅうり、チンゲンサイ	/
03 月	牛乳	ごはん 鮭の西京焼き 切干大根の旨煮 白菜のすまし汁	マカロニきな粉 乳児:お茶 幼児:牛乳	541.2(401.3) 28.5(20.9)	米、○マカロニ、○砂糖、砂糖、油	さけ、○きな粉、米みそ、油揚げ	はくさい、たまねぎ、切り干しだいこん、にんじん	粉吹き芋
04 火	牛乳	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきの炒り煮 なすの味噌汁 乳児:メロン	ツナマヨトースト 牛乳	569.2(507.9) 28.1(24.4)	米、○食パン、○マヨネーズ、砂糖、油	鶏もも肉、○ツナ、米みそ	なす、にんじん、たまねぎ、マーマレード、ひじき、しめじ、メロン	ゆかりご飯
05 水	牛乳	ごはん 鯖のかば焼き キャベツの浅漬け 油揚げと玉ねぎの味噌汁 幼児:メロン	カルピスコーン 乳児:お茶 幼児:牛乳	634.4(456.0) 24.5(17.2)	米、○小麦粉、片栗粉、油、○砂糖、砂糖	さば、○カルピス、○バター、油揚げ、米みそ、○豆乳	メロン、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうが	わかめご飯
06 木	牛乳	ハイジパン 鶏肉のレモンソースかけ ポパイサラダ かぼちゃのスープ	チャーハン お茶	503.9(464.0) 21.6(20.6)	ハイジパン、○米、片栗粉、マヨネーズ、砂糖、油、○油	鶏もも肉、○焼き豚、かにかまぼこ	ほうれんそう、かぼちゃ、○にんじん、たまねぎ、にんじん、コーン、○ピーマン、○ねぎ、レモン果汁	バナナ
07 金	牛乳	キーマカレー もやしときゅうりのサラダ 豆腐と万能ねぎのスープ	フルーチェ おせんべい お茶	420.4(406.8) 14.2(14.8)	米、○ソフトおせんべい、砂糖、小麦粉、油	○フルーチェ イチゴ、絹ごし豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、○牛乳	もやし、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ピーマン、万能ねぎ、しょうが	塩昆布ご飯
08 土	牛乳	マーボー丼 三色サラダ 白菜のスープ	バナナ リッツ 牛乳	564.1(479.1) 20.9(18.1)	米、○リッツ、砂糖、油、片栗粉、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉、米みそ	○バナナ、プロッコリー、はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ、コーン、しょうが	/
10 月	牛乳	ごはん メカジキの南蛮漬け キャベツの塩昆布和え お麩とねぎの味噌汁	甘食 乳児:お茶 幼児:牛乳	571.9(425.8) 25.5(18.5)	米、○小麦粉、○砂糖、片栗粉、砂糖、○油、焼ふ、油	めかじき、○豆乳、米みそ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、黄ピーマン、ねぎ、きゅうり、塩こんぶ	おかかご飯
11 火	牛乳	ごはん ゴーヤチャンプル(カレー味) きゅうりとわかめの酢の物 もやしの味噌汁	ハニーレモンケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	603.9(451.4) 21.6(15.3)	米、○ホットケーキ粉、○マーガリン、○砂糖、砂糖、ごま、○はちみつ、ごま油	木綿豆腐、豚ばら肉、○牛乳、米みそ	きゅうり、たまねぎ、もやし、にんじん、にがり・ゴーヤ、たけのこ水煮、にら、○レモン果汁、カットわかめ	バナナ
12 水	牛乳	焼きうどん ごぼうのサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ	しらすわかめごはん お茶	351.0(341.7) 10.8(12.0)	ゆでうどん、○米、マヨネーズ、ごま、油	豚肩ロース肉、○しらす干し、バター、かつお節	キャベツ、たまねぎ、ごぼう、にんじん、チンゲンサイ、コーン、にら、マッシュルーム水煮	ふかし芋
13 木	牛乳	ごはん 鯖の照り焼き うの花炒り煮 小松菜の味噌汁	メープルトースト 牛乳	539.8(459.6) 25.2(21.5)	米、○食パン、○メープルシロップ、○マーガリン、砂糖、ごま油	さば、おから、米みそ、油揚げ	たまねぎ、こまつな、しめじ、にんじん	青菜ご飯
14 金	牛乳	ごはん レバニラ炒め 冬瓜の煮物 わかめとえのきの味噌汁	りんごのスコーン 乳児:お茶 幼児:牛乳	511.3(377.3) 18.9(13.2)	米、○小麦粉、片栗粉、○砂糖、油、砂糖、ごま油	豚レバー、米みそ、○バター、○豆乳	とうがん、もやし、にんじん、たまねぎ、にら、○りんご、えのきたけ、しょうが、カットわかめ	ツナケチャップご飯
15 土	牛乳	豚コーン丼 隠元と人参の和風マヨネーズ和え キャベツの味噌汁	おかかおにぎり お茶	484.4(451.8) 16.5(16.5)	米、○米、マヨネーズ、砂糖	豚ひき肉、米みそ、○かつお節	いんげん、コーン、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうが	/
18 火	牛乳	マーボーなす丼 かぼちゃの甘煮 春雨スープ	焼きとうもろこし おせんべい 乳児:お茶 幼児:牛乳	530.9(399.2) 19.0(13.4)	米、○ソフトおせんべい、砂糖、油、はるさめ、片栗粉	豚ひき肉、米みそ	かぼちゃ、○とうもろこし、なす、ねぎ、はくさい、にんじん	粉吹き芋
19 水	牛乳	ごはん 鶏肉の生姜焼き 小松菜の胡麻和え 豆腐とわかめの味噌汁	コーンフレーク 牛乳	558.6(474.7) 24.9(21.3)	米、○コーンフレーク、○コーンフロスト、ごま、砂糖	鶏もも肉、絹ごし豆腐、米みそ	こまつな、にんじん、しょうが、カットわかめ	ひじきご飯
20 木	牛乳	食パン ラタトゥイユ もやしと人参のナムル えのきのスープ	枝豆ごはん お茶	424.3(400.3) 15.4(15.6) 9.9(11.7)	食パン、○米、じゃがいも、砂糖、ごま油、○砂糖	豚肩ロース肉、ベーコン	たまねぎ、もやし、にんじん、○えだまめ、なす、ズッキーニ、ホールトマト缶、えのきたけ、黄ピーマン、トマトピューレ	バナナ
21 金	牛乳	ごはん キスの天ぷら きんぴらごぼう 冬瓜の味噌汁	カレートースト 牛乳	538.7(455.0) 26.1(21.3)	米、○食パン、小麦粉、油、ごま、砂糖、○小麦粉、ごま油、○油	きす、○豚ひき肉、○ピザ用チーズ、米みそ	とうがん、にんじん、ごぼう、○たまねぎ、たまねぎ、○にんじん、あおのり	ゆかりご飯
22 土	牛乳	すき焼き丼 キャベツの塩昆布和え さつま芋の味噌汁	和風ツナおにぎり お茶	510.2(472.5) 18.2(17.9)	米、○米、さつまいも(皮付)、砂糖、油、○砂糖	豚肩ロース肉、焼き豆腐、○ツナ、米みそ、○かつお節	キャベツ、しらたき、たまねぎ、ねぎ、にんじん、きゅうり、塩こんぶ	/
24 月	牛乳	ごはん 鶏肉の梅肉焼き 白菜のゆかり和え 大根の味噌汁	黒糖蒸しパン 乳児:お茶 幼児:牛乳	564.3(419.8) 22.8(16.3)	米、○小麦粉、○黒砂糖、ごま、砂糖、油	鶏もも肉、○豆乳、米みそ	はくさい、だいこん、にんじん、たまねぎ、うめ干し	わかめご飯
25 火	牛乳	スパゲッティミートソース かぼちゃサラダ わかめとコーンのスープ	中華風塩昆布おにぎり お茶	482.4(446.8) 16.3(16.3)	○米、スパゲティ、マヨネーズ、小麦粉、○ごま、○ごま油	豚ひき肉、バター	かぼちゃ、たまねぎ、ホールトマト缶、きゅうり、コーン、にんじん、ピーマン、○塩こんぶ、カットわかめ	バナナ
26 水	牛乳	ごはん 鱈の煮付け キャベツの甘酢和え 豚汁(非常食)	ぶどうパン 牛乳	520.8(444.5) 26.6(22.7)	米、○ぶどうパン、じゃがいも、砂糖、ごま	かれい、豚肩ロース肉、米みそ	キャベツ、だいこん、にんじん、ごぼう、こんにやく、たまねぎ、しょうが	ふかし芋
27 木	牛乳	ピラフ フライドチキン もやしときゅうりのサラダ キャベツのスープ	バナナケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	661.6(494.2) 21.8(15.5)	米、○小麦粉、○マーガリン、油、○砂糖、片栗粉、砂糖	鶏もも肉、○豆乳	もやし、○バナナ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、しょうが	おかかご飯
28 金	牛乳	ごはん 鯖の塩焼き オクラと人参の胡麻和え 切干大根の味噌汁	ゼリー リッツ お茶	393.3(379.0) 16.4(16.5)	米、○リッツ、ごま、砂糖	さば、米みそ	オクラ、にんじん、たまねぎ、切り干しだいこん	青菜ご飯
29 土	牛乳	チャーハン グリーンサラダ オニオンスープ	ブルーベリージャム サンド 牛乳	460.2(395.9) 16.0(14.2)	米、○食パン、油、砂糖	豚ひき肉	プロッコリー、たまねぎ、○ブルーベリージャム、にんじん、きゅうり、キャベツ、ピーマン、ねぎ	/
31 月	牛乳	カレーラーメン 温野菜 すいか	青菜おにぎり お茶	449.1(425.3) 13.3(14.0)	茹で中華めん、○米、片栗粉、油	豚肩ロース肉、カレールー	すいか、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ	塩昆布ご飯

・27日お誕生会

※乳児クラスは一日の必要栄養量の補給の為に、牛乳のみを午前おやつとして提供しています。
※当園は卵不使用のマヨネーズを使用しています。