

献立表

令和 6 年 7 月

社会福祉法人 白桜会

日	曜	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材 料	午後おやつ	材 料
1	22 月	ステック ビスケット	ごはん	あじのタンドリー風 春雨甘酢和え キャベツスープ	あじ ヨーグルト カレー粉 春雨 きゅうり にんじん もやし パプリカ キャベツ 長ねぎ	焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 にんじん ピーマン もやし
2	16 火	チーズ	ごはん	のり塩チキン 五目煮 みそ汁 (小松菜 えのき)	鶏肉 青のり 大豆 にんじん いんげん さと芋 豚肉 小松菜 えのき	レモンケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 バター レモン果汁
3	17 水	せんべい	ごはん	おからハンバーグ コールスロー コンソメスープ	おから 豚肉 玉ねぎ キャベツ にんじん きゅうり コーン ハム マヨネーズ しめじ じゃが芋	ミルクきな粉サンド 牛乳	食パン 練乳 きな粉 マーガリン
4	18 木	クラッカー	ごはん	親子煮 青菜ツナ和え みそ汁 (だいこん わかめ)	鶏肉 玉ねぎ しいたけ にんじん グリーンピース 卵 小松菜 ツナ 塩昆布 だいこん わかめ	ころころフライドポテ ト 牛乳	じゃが芋 青のり
5	金	ビスケット	麺	そうめん 鶏肉のから揚げ ブロッコリーなめ茸和え フルーツ	そうめん オクラ にんじん 鶏肉 ブロッコリー なめ茸 バナナ	七夕ゼリー せんべい 牛乳	カルピス ぶどうジュース アガー せんべい
6	20 土	せんべい	麺	ミートソーススパゲティ ポトフスープ フルーツ 牛乳	スパゲティ ミートソース じゃが芋 にんじん 玉ねぎ オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
8	29 月	ステック ビスケット	ごはん	鮭のしょうが焼き 麻婆なす もやしスープ	鮭 しょうが なす 豚肉 長ねぎ にんじん しいたけ もやし わかめ	ココアクッキーパン 牛乳	ロールパン 小麦粉 卵 マーガリン ココア
9	23 火	ビスケット	ごはん	豚肉のスタミナ焼き ポテトサラダ みそ汁 (白菜 油あげ)	豚肉 にんじん 玉ねぎ いら じゃが芋 にんじん きゅうり コーン マヨネーズ はくさい 油あげ	チーズパイ 牛乳	パイ生地 プロセスチーズ
10	31 水	せんべい	パン	大豆のチリコンカン スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 大豆 玉ねぎ にんじん トマト ピーマン じゃが芋 スパゲティ きゅうり ハム マヨネーズ バナナ	たこ焼き風おにぎり 麦茶	米 キャベツ 青のり
11	24 木 水	チーズ	ごはん	鶏肉のごま味噌焼き 切干大根サラダ モロヘイヤのスープ	鶏肉 ごま 切干大根 キャベツ きゅうり にんじん ツナ モロヘイヤ オクラ わかめ 長ねぎ	いも餅 (味噌) 牛乳	じゃが芋 かたくり 粉 ごま
12	26 金	クラッカー	ごはん	夏野菜カレー もやしサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 なす ピーマン 玉ねぎ じゃが芋 にんじん もやし きゅうり コーン フルーツ	カスタードプリン 麦茶	卵 牛乳
13	27 土	せんべい	ごはん	豚丼 わかめスープ チーズ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん えだまめ わかめ 長ねぎ しいたけ チーズ	菓子パン 麦茶	菓子パン
19	30 金 火	ビスケット	ごはん	ミートローフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉 豚肉 玉ねぎ にんじん グリーンピース ブロッコリー いんげん パプリカ もやし コーン	19日夏野菜ピザ 30日クラッカー (青のり・しらす) 牛乳	19日小麦粉 玉ねぎ ピーマン コーン チーズ 30日小麦粉 青のり しらす
25	木	せんべい	 お誕生日会メニュー 	ピーマン にんにく じゃが芋 コーン 豚肉 玉ねぎ チーズ キャベツ きゅうり パプリカ ツナ マカロニ チンゲン菜	パイナップルケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 パイン缶 ヨーグルト 生クリーム	

◆◆お誕生日会献立◆◆

- ✿ピーマンごはん
- ✿じゃがコーンチーズ焼き
- ✿キャベツサラダ
- ✿マカロニスープ

※夏野菜の収穫など、都合により多少献立を変更する事があります。

今月の平均栄養摂取量	
3歳未満児	3歳以上児
エネルギー / たんぱく質	エネルギー / たんぱく質
420kcal / 17.9g	540kcal / 23.9g