



7月献立予定表

の給食は土曜保育利用の2・3号のみです

令和4年 認定こども園旭幼稚園

青い空に真っ白な入道雲、そんな日が待ち遠しいですね。この時期、子ども達の大好きなプール遊びが始まります。きゆうくつなマスクを外して思いっきり楽しんでほしいものですね。熱中症にならないように、こまめな水分補給だけでなく、塩分補給もしっかりと行ってください。

マークの日は、スプーンを持って来て下さい。



☆マークの日は、うなぎ・ぱんだは白身魚です。 ※食材の都合等により、メニューを変更する場合があります。

日	曜	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	3時の おやつ
				血、肉、骨をつくる	強い力をつくる	病氣から守ってくれる	
1	金		〇おべんとうを持って来て下さい				お菓子
2	土	和風きのこスパゲティ	和風きのこスパゲティ キャベツとコーンのごまドレサラダ バナナ	豚肉・ツナ	スパゲティ・ごまクリームドレッシング	ほうれん草・えのき・生しいたけ・人参・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・コーン・バナナ	パン
4	月	もち麦ごはん	大羽の青のり焼き さつま芋のレモン煮 えのきとしいたけのキノコみそ汁	大羽・味噌・カット揚げ	砂糖・米・もち麦・さつま芋	青のり・レモン果汁・生しいたけ・えのき・わかめ	アメリカン ドッグ
5	火		〇おべんとうを持って来て下さい				お菓子
6	水	もち麦ごはん	長州どりの照り焼き かぼちゃとコーンのサラダ 豆腐と大根のみそ汁	鶏肉・木綿豆腐 味噌	米・もち麦	かぼちゃ・きゅうり・コーン・大根・玉ねぎ・人参	みかん入 り青りんご ゼリー
7	木	野菜とハムの冷やしそうめん 肉団子の甘酢あん りんご入りポテトサラダ セタゼリー	野菜とハムの冷やしそうめん 肉団子の甘酢あん りんご入りポテトサラダ セタゼリー	ハム・肉団子	そうめん・じゃが芋・砂糖・すりごま・米	きゅうり・パプリカ・干し椎茸・玉ねぎ・りんご・コーン・ゆかり・ゼリー	フルーチェ (いちご) パンの耳
8	金	もち麦ごはん	豚肉のスタミナ炒め パイン入りさわやかキャベツ つるつる春雨スープ	豚肉	米・もち麦・春雨・砂糖	玉ねぎ・人参・赤ピーマン・ピーマン・キャベツ・きゅうり・パイン・青ネギ・干し椎茸	シュガー トースト
9	土	カレーうどん	カレーうどん カリフラワーの甘酢漬け バナナ	牛肉	うどん・砂糖	玉ねぎ・りんごジュース・青ネギ・カリフラワー・人参・バナナ	パン
11	月	もち麦ごはん	サバの竜田揚げ 春雨ときゅうりの酢の物 えのきと麩のみそ汁	サバ・味噌	砂糖・米・もち麦・春雨	生姜・にんにく・コーン・きゅうり・人参・大根・玉ねぎ・えのき	マカロニ きなこ
12	火	わかめごはん	スパニッシュオムレツ 赤ピーマンとツナのサラダ 玉ねぎとキャベツのスープ	卵・ツナ	米・ドレッシング ごま醤油・じゃが芋・いりごま	ほうれん草・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・大根・きゅうり・赤ピーマン・キャベツ・わかめ	ジャム サンド

13	水	もち麦ごはん	牛肉のケチャップ炒め ほくほく蒸しかぼちゃ ごまたっぷりわかめスープ	牛肉	米・もち麦・砂糖 白ごま	キャベツ・人参・かぼちゃ・わかめ・玉ねぎ・キャベツ	フルーツポ ンチ
14	木	中華丼	中華丼 きゅうりのなめたけ和え 国産巨峰ゼリー	豚肉	砂糖・米	白菜・玉ねぎ・人参・干し椎茸・なめたけ・キャベツ・きゅうり・ゼリー	ジャム 蒸しパン
15	金	夏野菜カレー	夏野菜カレー キャベツとコーンのサラダ オレンジ	鶏肉	じゃが芋・米	玉ねぎ・なすび・ピーマン・人参・りんごジュース・キャベツ・きゅうり・コーン・オレンジ	お菓子
16	土	ミートスパゲティ	ミートスパゲティ ブロッコリーのごまドレサラダ バナナ	牛ミンチ・豚ミンチ	スパゲティ・ごまクリームドレッシング 砂糖	玉ねぎ・人参・ピーマン・ブロッコリー・カリフラワー・バナナ	パン
19	火	ゆかりごはん	揚げギョーザ キャベツとコーンのサラダスパゲティ 大根と揚げのみそ汁	ギョーザ・カット揚げ・味噌	米・スパゲティ	人参・キャベツ・コーン・大根・わかめ・ゆかり	鮭むすび
20	水	もち麦ごはん	長州どりのから揚げ ツナのマカロニサラダ えのきと揚げのみそ汁	鶏肉・ツナ・カット揚げ・味噌	米・もち麦・マカロニ	生姜・にんにく・コーン・きゅうり・玉ねぎ・えのき・人参	いちご ゼリー
21	木	肉うどん	肉うどん チンゲン菜の和え物 国産レモンゼリー	牛肉・カット揚げ	うどん・砂糖	玉ねぎ・生姜・青ネギ・チンゲン菜・キャベツ・人参・ゼリー	お菓子
22	金	もち麦ごはん	ポークソテー 小松菜とパプリカのナムル じゃが芋とワカメのみそ汁	豚肉・味噌	砂糖・米・もち麦・じゃが芋	玉ねぎ・ピーマン・小松菜・赤ピーマン・もやし・人参・わかめ	のりじゃこ トースト
23	土	ナポリタンスパゲティ	ナポリタンスパゲティ 水菜とちりめんじゃこのサラダ バナナ	ウインナー・ちりめんじゃこ	スパゲティ・ドレッシング ごま醤油	玉ねぎ・ピーマン・生しいたけ・水菜・バナナ	パン
25	月	もち麦ごはん	鮭の照り焼き チンゲン菜と白菜のおかか和え 長州どりのにゅうめん	鮭・鶏肉・花かつお	米・もち麦・砂糖 そうめん	チンゲン菜・白菜・人参・コーン・青ネギ	ツナ むすび
26	火	麻婆丼	麻婆丼 キャベツの昆布和え りんご	豚ミンチ・赤味噌 中華味噌・木綿豆腐	砂糖・米	玉ねぎ・人参・生姜・キャベツ・きゅうり・塩昆布・りんご	きなこ トースト
27	水	もち麦ごはん	長州どりの梅マヨ焼き 白菜ときゅうりの酢の物 ぎょうざスープ	鶏肉・ぎょうざ	砂糖・米・もち麦	白菜・きゅうり・コーン・人参	フルーチェ (ピーチ)
28	木	しそわかめごはん	豚肉とキャベツの味噌炒め みかん入りポテトサラダ 野菜たっぷり豚汁	豚肉・味噌	米・じゃが芋	キャベツ・ピーマン・赤ピーマン・生姜・にんにく・きゅうり・コーン・みかん・えのき・ごぼう・人参・ねぎ	豆乳 バナナ ケーキ
29	金	牛丼	牛丼 キャベツのさっぱり海苔酢和え オレンジ	牛肉・ちりめんじゃこ	砂糖・米	玉ねぎ・人参・ささがきごぼう・キャベツ・のり・オレンジ	クッキー
30	土	鶏塩うどん	鶏塩うどん 人参とキャベツのなめたけ和え バナナ	鶏肉	うどん	長ネギ・なめたけ・人参・キャベツ・きゅうり・バナナ	パン

11 時半降園(預かり保育はお弁当) 夏休み(2号・3号・預かり給食)