



# 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5年 認定こども園旭幼稚園

梅雨明けの青空が、待ち遠しいですね。湿度が高く、気温も高かったり低くなったりと、体調をくずしやすい時期です。食中毒がはやる時期でもありますので、手洗いをしっかりと行ってください。6日は、「七タメニュー」です。星に願いが、届きますように！

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、ひよこ完了食、うさぎ、ぱんだは赤魚です。 ※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	土	ミートスパゲティ	ミートスパゲティ キャベツの昆布和え バナナ	牛ミンチ・豚ミンチ	スパゲティ・砂糖	玉ねぎ・人参・ピーマン・ キャベツ・きゅうり・塩昆 布・バナナ	お菓子
3	月	もち麦 ごはん	大羽の青のり焼き さつま芋のレモン煮 えのきとわかめのみそ汁	大羽・刻み揚げ・ 味噌	米・もち麦・砂 糖・さつま芋	青のり・レモン果汁・人 参・えのき・わかめ	黒糖 蒸しパン
4	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・じゃが芋・ ドレッシングご ま醤油	ほうれん草・人参・玉ね ぎ・フロコリ、大根・ きゅうり・赤ピーマン・ワ カメ・キャベツ	フルーチェ (いちご)
5	水	もち麦 ごはん	鶏のから揚げ ツナとマカロニのサラダ キャベツと揚げのみそ汁	鶏肉・ツナ・刻み揚 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・キャ ベツ・人参	バナナ ヨーグルト
6	木	＜七タメニュー＞ ゆかりごはん	野菜とハムの冷やしうめん 肉団子の甘酢あん りんご入りポテトサラダ 七夕星のデザート	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	お菓子
7	金	もち麦 ごはん	ブルコギ 春雨と赤ピーマンのサラダ ワンタンスープ	牛肉・ワンタン	米・もち麦・砂 糖・ドレッシン グごま醤油・春 雨	玉ねぎ・人参・にら・赤 ピーマン・きゅうり・コー ン・白菜	シュガー トースト
8	土	和風 きのこ スパゲティ	和風きのこスパゲティ キャベツときゅうりのサラダ バナナ	豚肉・ツナ	スパゲティ・ご まクレーミード レッシング	青ネギ・刻み海苔・えの き・生椎茸・人参・玉ね ぎ・キャベツ・きゅうり・ コーン・バナナ	お菓子
10	月	もち麦 ごはん	鯉のタルタル焼き 鶏肉と人参のひじき煮 麩と揚げのみそ汁	鯉・鶏肉・刻み揚 げ・味噌	米・もち麦・砂 糖・麩	玉ねぎ・人参・ひじき・え のき	アメリカン ドッグ
11	火	ロール パン	鶏肉の照り焼き かぼちゃときゅうりのサラダ つるつる春雨スープ	鶏肉	ロールパン・春 雨	かぼちゃ・きゅうり・コー ン・青ネギ・干し椎茸・人 参	わかめ むすび
12	水	もち麦 ごはん	赤魚の竜田揚げ チンゲン菜とキャベツの磯和え 豆腐と揚げのみそ汁	赤魚・木綿豆腐・ 刻み揚げ・味噌	米・もち麦・砂 糖	生姜・にんにく・チンゲン 菜・キャベツ・人参・海 苔・青ネギ	フルーツ ポンチ

13	木	冷やし ぶっかけ うどん	冷やしぶっかけうどん 平天入り和風青のりポテト パイン	牛肉・平天	うどん・砂糖・ じゃが芋	生姜・きゅうり・人参・黄 ピーマン・干し椎茸・塩 昆布・青のり・パイン	のりじゃこ トースト
14	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
15	土	鶏塩 うどん	鶏塩うどん キャベツとじゃこの甘酢和え バナナ	鶏肉・ちりめん じゃこ	うどん	長ネギ・キャベツ・人参・ きざみ海苔・バナナ	お菓子
18	火	わかめ ごはん	竹輪の磯辺揚げ 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	竹輪・刻み揚げ・ 味噌	米・スパゲ ティ	青のり・人参・キャベツ・ コーン・大根・ワカメ	鮭むすび
19	水	もち麦 ごはん	ポークソテー 小松菜とパプリカのナムル じゃが芋とわかめのみそ汁	豚肉・味噌	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	ミカン入 り青りん ごゼリー
20	木	春雨入り あんかけ丼	春雨入りあんかけ丼 ほくほく蒸しかぼちゃ 国産レモンゼリー	豚肉・味噌	米・春雨	生姜・人参・玉ねぎ・白 菜・干し椎茸・かぼちゃ・ ゼリー	ジャム サンド
21	金	もち麦 ごはん	鶏肉のコーンフレーク焼き みかん入りポテトサラダ わかめとキャベツのスープ	鶏肉	米・もち麦・ コーンフレ ーク・じゃが芋	きゅうり・コーン・みかん 缶・ワカメ・玉ねぎ・人 参・キャベツ	クッキー
22	土	皿うどん	皿うどん 水菜とちりめんじゃこのサラダ バナナ	豚肉・ちりめん じゃこ	ぱりぱり麵・ 砂糖・ごま醬 油・ドレッシン グ	白菜・玉ねぎ・人参・干 し椎茸・水菜・人参・パ ナナ	お菓子
24	月	もち麦 ごはん	鯉の塩焼き エビ入りビーフソテー 青ネギと麩のみそ汁	鯉・エビ・豚肉・ 味噌	米・もち麦・ ビーフン・麩	ピーマン・人参・干し椎 茸・玉ねぎ・青ネギ	フルーツ ヨーグル ト
25	火	ゆかり ごはん	ほくほく豚じゃが 白菜ときゅうりの酢の物 えのきと揚げのみそ汁	豚肉・刻み揚げ・ 味噌	米・砂糖・じゃ が芋	玉ねぎ・人参・白菜・ きゅうり・コーン・えのき・ 大根・ゆかり	タイ焼き
26	水	牛丼	牛丼 人参とキャベツのなめたけ和え オレンジ	牛肉	米・砂糖	玉ねぎ・人参・ごぼう・な めたけ・キャベツ・きゅう り・オレンジ	お菓子
27	木	麻婆丼	麻婆丼 キャベツのさっぱり海苔酢和え パイン	豚ミンチ・木綿豆 腐・ちりめんじゃ こ・赤味噌・中華 味噌	米・砂糖	玉ねぎ・人参・生姜・ キャベツ・海苔・パイン	フルーチェ (ピーチ)
28	金	もち麦 ごはん	豚肉のしょうが焼き チンゲン菜と白菜のおかか和え 鶏肉入りにゅうめん	豚肉・鶏肉・花か つお	米・もち麦・砂 糖・そうめん	玉ねぎ・生姜・チンゲン 菜・白菜・人参・コーン・ 青ネギ	マカロニ きなこ
29	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	玉ねぎ・りんご・ジュ ース・青ネギ・カリフラ ワー・人参・バナナ	お菓子
31	月	もち麦 ごはん	赤魚のみぞれ煮 さつま芋と昆布の煮物 豆腐とワカメのみそ汁	赤魚・木綿豆腐・ 刻み揚げ・味噌	米・もち麦・砂 糖・さつま芋	大根・糸昆布・玉ねぎ・ ワカメ	豆乳 バナナ ケーキ

サマーバートイ

11時半降園

夏休み