

☆2024年7月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園【献立テーマ：夏野菜】

曜日	月 1・29	火 2・16・30	水 3・17・31	木 4・18	金 5 19	土 6・20	
献立名	わかめごはん(1日) ごはん(29日) 鮭のマヨネーズ焼き ごま和え みそ汁	ごはん(2・16日) トマトライス(30日) 鶏の照り焼き 夏野菜 コンソメスープ	ごはん さわらゆず味噌焼き 切干大根煮 すまし汁	ごはん ハンバーグ 青じそサラダ みそ汁 チーズ(幼)	キラキラカレー ポテトサラダ 型抜きチーズ(幼)	スタミナ丼 ポテトサラダ みそ汁	調理パン 牛乳 バナナ
主食	幼児 乳児 六分米 50 40 炊き込みわかめ 適量 適量	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米(星型) 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40 フランクフルト※卵乳 2個 1個 ツナコーン※卵乳 1個 1個	
材料	サケ 50 40 塩 0.1 0.08 玉ねぎ 1 0.8 パセリ 適宜 適宜 マヨネーズ※卵 5 4 →卵ア マヨドレ 牛乳 2 1.6 粉チーズ※乳 1.5 1.2 ほうれん草 30 24 人参 8 6.4 竹輪(完了×) 6 4.8 三度豆(完了×) 4 3.2 砂糖 1.5 1.2 すりごま 1 0.8 濃口醤油 1.5 1.2 じゃが芋 15 12 玉ねぎ 12 9.6 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉 60 48 生姜汁 0.2 0.16 砂糖 2 1.6 濃口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 トマト 1/8個 1/8個 (2日16日) きゅうり 15 12 とうろもこし(幼) 1/8個 南瓜(乳) 15 塩 適宜 玉ねぎ 15 12 人参 12 9.6 しめじ 10 8 水 120 96 コンソメ 1 0.8 薄口醤油 0.5 0.4 トマト 30 24 玉ねぎ 4 3.2 コンソメ 1.5 1.2 (30日のみ)	さわら 50 40 ゆずみそ 5 4 みりん 2 1.6 切干大根 3 2.4 人参 8 6.4 油揚げ 4 3.2 小松菜 12 9.6 ごま油 0.5 0.4 砂糖 0.6 0.48 薄口醤油 1.5 1.2 みりん 0.5 0.4 だし汁 20 16 しめじ 8 6.4 木綿豆腐 15 12 葱 0.5 0.4 塩 0.1 0.08 薄口醤油 1.4 1.12 みりん 0.8 0.64 だし汁 120 96	合挽き肉 30 24 木綿豆腐 8 6.4 玉ねぎ 25 20 パン粉 4 3.2 豆乳 4 3.2 卵 10 8 ナツメグ 少々 少々 塩 0.08 0.064 ウスターソース 1 0.8 ケチャップ 4 3.2 ツナフレーク 5 4 人参 8 6.4 ブロッコリー 20 16 キャベツ 15 12 青じそドレッシング 適宜 適宜 玉葱 15 12 わかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ 1本	豚ミンチ 15 12 玉ねぎ 25 20 人参(星型) 20 16 南瓜 40 32 オクラ(星) 4 3.2 カレールー※乳 10 8 →乳ア) 乳なしカレールー 水 60 48 じゃがいも(ck) 30 24 きゅうり 12 9.6 ツナフレーク 5 4 牛乳 2 1.6 →乳ア) 豆乳 マヨネーズ※卵 2.5 2 →卵ア) マヨドレ 塩 0.1 0.08 型抜きチーズ 1個 *幼児	豚ロース肉 30 24 玉ねぎ 25 20 人参 20 16 ズッキーニ 10 8 ピーマン 4 3.2 パプリカ 6 4.8 にんにく 0.3 0.24 ごま油 1.5 1.2 砂糖 1.3 1.04 濃口醤油 4 3.2 酒 1.3 1.04 じゃがいも(ck) 30 24 きゅうり 12 9.6 ツナフレーク 5 4 牛乳 2 1.6 →乳ア) 豆乳 マヨネーズ※卵 2.5 2 →卵ア) マヨドレ 塩 0.1 0.08 厚揚げ 15 12 なすび 15 12 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	→卵乳ア・完了) 南瓜パン 2個 ウインナー※卵乳なし 1本 ケチャップ 5 *ひよこりす・アレルギー児 牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 バナナ 1/2本 1/2本
献立名	牛乳 バナナ ミレービスケット(幼ば) ベビースティック(りひ)	牛乳 クラッカー チーズ	ヨーグルト(幼・ば) 牛乳(り・ひ) ウエハース(全クラス) 南瓜ポーロ(り・ひ)	牛乳 ミニ野菜スティック(4日) メロン(18日) 一口ゼリー(18日)	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ジャムサンド	牛乳 袋菓子
材料	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 バナナ 1/2本 1/2本 ミレービスケット(幼・ば) 10 8 ベビースティック(り・ひ) 1P	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 クラッカー 1P 1P チーズ 1本 1本	ヨーグルト・加糖 80 80 →乳ア) 豆乳ヨーグルト 牛乳 100 →乳ア) 豆乳 カルテツウエハース 1ヶ 1ヶ →豆乳クッキー(全クラス) 南瓜ポーロ(り・ひ) 5	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 ミニ野菜スティック 1袋 1袋 (4日) メロン 50 50 一口ゼリー 1個 1個 (18日)	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 南瓜パン(幼・ば) 2個 2個 南瓜パン(り・ひ) 1個 いちごジャム	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 南瓜パン(幼・ば) 2個 2個 南瓜パン(り・ひ) 1個 いちごジャム	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 袋菓子

★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。

★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。

☆2024年7月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園【献立テーマ：夏野菜】

曜日	月 8・22	火 9・23	水 10・24	木 11・25	金 12・26	土 13・27
献立名	わかめごはん (8日) ごはん (22日) チキンのラタトゥユソースがけ コンソメスープ	きつねうどん 夏野菜サラダ	のりごはん サバの塩焼き オイスターマヨ和え みそ汁	ごはん 鶏の味噌漬け焼き きゅうりの酢の物 すまし汁	マーボーナス丼 もやしの中華和え みそ汁	調理パン 牛乳 バナナ
	13日お弁当日					
主食	幼児 乳児 六分米 50 40 炊き込みわかめ 適量 適量	幼児 乳児 ゆでうどん 150 100	幼児 乳児 六分米 50 40 のり佃煮 適量 適量	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 フランクフルト※卵乳 2個 1個 ツナコーン※卵乳 1個 1個
	献立名	鶏肉(から揚げ用) 60 48 塩 適宜 適宜 なす 15 12 玉ねぎ 20 16 ズッキーニ 20 16 ホールトマト缶 15 12 にんにく 0.1 0.08 オリーブ油 1 0.8 酒 1 0.8 砂糖 0.5 0.4 塩 0.3 0.24 ケチャップ 5 4 こいくち醤油 0.1 0.08 きゃべつ 20 16 人参 8 6.4 パセリ 適宜 適宜 水 120 96 コンソメ 1 0.8 薄口醤油 0.8 0.64	油揚げ 15 12 みりん 1 0.8 薄口醤油 1 0.8 砂糖 0.5 0.4 だし汁 適宜 適宜 ほうれん草 15 12 揚げ玉 2 1.6 めんつゆ 適宜 適宜 なす 20 16 きゅうり 12 9.6 トマト 15 12 三度豆(完了X) 6 4.8 米酢 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 2 1.6 (9日3歳・遠足) うどん 150 きつね揚げ 15 カットわかめ 0.4 揚げ玉 2 つゆ(ストレート) 適宜 氷 適宜 水 適宜 一口ゼリー 2個	サバ 50 40 塩 0.1 0.08 小松菜 25 20 ツナフレーク 8 6.4 人参 8 6.4 しめじ 10 8 砂糖 1.2 0.96 オイスターソース 1 0.8 マヨドレ 2 1.6 南瓜 20 16 玉ねぎ 12 9.6 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉 60 48 米みそ 1.6 1.28 砂糖 1.6 1.28 濃口醤油 1 0.8 みりん 2 1.6 だし汁 適量 適量 きゅうり 25 20 きゃべつ 8 6.4 カットわかめ 0.3 0.24 しらす 3 2.4 すりごま 1 0.8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 米酢 1 0.8 オクラ 8 6.4 木綿豆腐 15 12 塩 0.1 0.08 薄口醤油 1.4 1.12 みりん 0.8 0.64 だし汁 120 96	豚ミンチ 20 16 なすび 40 32 玉ねぎ 20 16 しめじ 10 8 カットねぎ 3 2.4 にんにく 0.1 0.08 土生姜 0.3 0.24 ごま油 1.2 0.96 赤味噌 2.5 2 砂糖 0.9 0.72 濃口醤油 2.5 2 だし汁 15 12 片栗粉 適宜 適宜 もやし 15 12 きゅうり 10 8 人参 8 6.4 ハム※卵 5 4 ごま油 0.4 0.32 米酢 0.6 0.48 砂糖 0.4 0.32 薄口醤油 1.2 0.96 わかめ 0.2 0.16 麩 1 0.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96
献立名		牛乳 ドーナツ チーズ	牛乳(9日) ミニ野菜スティック・チーズ(9日) おちゃ(23日) 鮭おにぎり・チーズ(23日)	ヨーグルト(幼・ぱ) 牛乳(り・ひ) ウエハース(全クラス) 南瓜ポーロ(り・ひ)	牛乳 うの花クッキー 一口ゼリー	牛乳 蒸しとうもろこし(幼ぱ) 蒸しいも(りひ)
	献立名	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 カルテツドーナツ※卵乳 2個 1個 →卵乳ア) クラッカー チーズ※乳 1本 1本	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 ミニ野菜スティック 1袋 1袋 チーズ※乳 1本 1本 (9日) 六分米 30 30 鮭フレーク 10 10 チーズ※乳 1本 1本 (23日)	ヨーグルト・加糖 80 80 牛乳 100 →乳ア) 豆乳 カルテツウエハース 1ヶ 1ヶ →豆乳クッキー(全クラス) 南瓜ポーロ(り・ひ) 5	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 うの花クッキー 2枚 2枚 一口ゼリー 1個 1個	牛乳 120 100 →乳ア) 豆乳 とうもろこし 1/8個 1/8個 さつまいも 50 (り・ひ)

★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。

★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。