



れいわ ねんど  
令和6年度

がっこんだてよていひょう  
7月献立予定表 (ひよこ組~さくら組)

やまぎし えん  
山岸こども園



日曜	午前のおやつ (0, 1歳児のみ)	主食	昼食	おやつ	栄養摂取量			
					熱量 (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩 (g)
1月	ウエハース 牛乳	ごはん	麻婆豆腐 中華風サラダ 春雨スープ オレンジ	フルーツポンチ スティックチーズ	404	15.7	13.8	1.3
2火	せんべい 牛乳	ごはん	白身魚のムニエル 大根サラダ 味噌汁 (キャベツ) バナナ	五目うどん	414	14.4	10.9	2.2
3水	クラッカー 牛乳	ごはん	夏野菜カレー 白身魚のハーブ焼き オレンジ 三色ごま和え 味噌汁 (豆腐/わかめ)	お麩ラスク 牛乳	392	18.5	13.7	1.4
4木	ごまビスケット 牛乳	うどん	七塔うどん 短冊サラダ タンドリーチキン メロン	お好み焼き 牛乳	385	17.0	15.4	1.2
5金	せんべい 牛乳	ごはん	さばみそ焼き 野菜詰め煮 味噌汁 (卵) バナナ	スイートポテト 牛乳	421	15.6	9.3	0.9
6土	ビスケット 牛乳	ごはん	赤魚西京焼き 高野豆腐の煮つけ 昆布佃煮 味噌汁 (ふ/かぶ) バナナ	バタースティックパン 牛乳	405	16.7	10.8	1.4
8月	野菜バー 牛乳	ごはん	豚肉の生姜焼き マカロニサラダ かぼちゃの甘煮 味噌汁 (なめこ/葱)	グレープゼリー クラッカー 牛乳	418	14.3	14.4	1.4
9火	ウエハース 牛乳	ごはん	豆腐のハンバーグ 夏野菜炒め煮 コーンサラダ わかたけ汁	中華風炊き込みおこわ 牛乳	428	15.0	11.3	1.5
10水	クラッカー 牛乳	ごはん	白身魚の竜田揚げ 豚肉とれんこん炒め 味噌汁 (厚揚げ/小松菜) オレンジ	生クリームサンド 牛乳	427	16.6	14.4	1.8
11木	ごまビスケット 牛乳	パン	食パン えびグラタン みかん缶 ブロッコリーソテー いら玉スープ	フレーククッキー 牛乳	390	16.8	16.0	1.2
12金	野菜バー 牛乳	ごはん	野菜の卵焼き 人参みそ炒め トマト 味噌汁 (油揚げ/なす)	焼きそば 牛乳	423	16.1	16.3	1.4
13土	クラッカー 牛乳	ごはん	塩こうじ焼き 切干大根コンソメ煮 昆布佃煮 味噌汁 (小松菜/豆腐) バナナ	あんマーガリンパン 牛乳	455	17.8	14.5	1.3
15月	 うみ ひ <b>海の日</b>							
16火	クラッカー 牛乳	ごはん	かつおみそマヨネーズ焼き バナナ ほうれん草ナムル どさんこ汁	味噌ラスク 牛乳	478	21.5	16.2	1.3
17水	ごまビスケット 牛乳	ごはん	厚揚げと豚肉の炒め煮 和風サラダ 五目みそ汁 オレンジ	トマトスパゲティ 牛乳	437	16.6	16.1	1.6
18木	せんべい 牛乳	ピビンバ	〈誕生会メニュー〉ピビンバ ワンタンスープ さつま芋サラダ ブロッコリーおかか和え すいか	ホットケーキ りんごジュース	529	18.5	15.4	1.2
19金	ビスケット 牛乳	ごはん	白身魚のレモンじょうゆマリネ 野菜炒め 五目みそ汁 バナナ	アイス 野菜バー	401	12.3	13.5	1.2
20土	野菜バー 牛乳	ごはん	ほっけ塩焼き さつま芋ひじき煮付け 昆布佃煮 味噌汁 (大根) バナナ	ジャムマーガリンパン 牛乳	481	17.6	15.9	1.3
22月	ごまビスケット 牛乳	ごはん	肉じゃが スパゲティサラダ 納豆 ひきな汁 オレンジ	バナナケーキ 牛乳	494	18.0	17.2	1.0
23火	ウエハース 牛乳	ごはん	赤魚のピカタ もやしのナムル トマト ひじきそぼろ 味噌汁 (豆腐/わかめ)	ドライカレー 牛乳	451	19.5	14.1	1.3
24水	クラッカー 牛乳	ごはん	鶏のから揚げ 五目きんぴら オレンジ 味噌汁 (小松菜/じゃがいも)	もちもちパン 牛乳	463	16.8	15.4	1.3
25木	ビスケット 牛乳	パン	ロールパン 豆腐のキッシュ バナナ 春雨サラダ かぼちゃスープ	きつねうどん プルーン	421	15.4	15.5	2.5
26金	野菜バー 牛乳	ごはん	揚げレバーの甘酢あえ なす炒め ほうれん草のごま和え むら雲スープ	キャロット蒸しパン 牛乳	420	20.1	14.1	1.5
27土	クラッカー 牛乳	ごはん	さばカレー焼き 厚揚げの煮付け バナナ 味噌汁 (小松菜/豆腐) 昆布佃煮	バタースティックパン 牛乳	425	17.8	12.2	1.6
29月	ウエハース 牛乳	ごはん	鶏もも照り焼き 切り干し大根サラダ 味噌汁 (豆腐/玉葱) バナナ	ヨーグルト するめ ごまビスケット	448	18.6	14.3	1.3
30火	ごまビスケット 牛乳	ごはん	白身魚フライ 大豆もやし炒め 粉ふき芋 卵スープ (雑穀)	ナポリタンスパゲティ 牛乳	442	19.1	15.5	1.4
31水	野菜バー 牛乳	ごはん	鶏のつくね焼き ブロッコリーサラダ 味噌汁 (なめこ/葱) オレンジ	かりんとうトースト 牛乳	430	17.7	13.6	1.3

★物資の都合上、献立を変更する場合があります。

\*\*\*七夕を楽しむ\*\*\*

4日の給食は七夕メニューです！オクラ・コーン・トマト・みかん缶・ハム等々カラフルな具材と、かわいい星型の麩をのせた「七夕そうめん」、大根・きゅうり・人参を短冊型に切った「短冊サラダ」を予定しています。つぼみ組・さくら組さんは、食べやすさを考慮し、「七塔うどん」になります。

