

# 7月 給食献立表 (1・2号認定)

認定こども園 東海大学付属自由ヶ丘幼稚園

日	曜日	献立名		材 料				架	
		主食	おかず	血や肉をつくる	熱や力になる	体の調子を整える	調味料		
1	月	カレーライス	お星様コロック アスパラソテー 七タゼリー	豚肉 星のコロック ベーコン	ごはん、なたね油、じゃがいも なたね油 なたね油 七タお星さま三色ゼリー	玉ネギ、皇型人参 アスパラ	塩、胡椒、カレールー、ウスターソース 塩、胡椒	558	
2	火	パン	メンチカツ ポテトサラダ みかん缶 牛乳	ミニメンチカツ ロースハム	なたね油 じゃがいも、マヨネーズ	キャベツ 胡瓜、ミックスベジタブル みかん缶	青じそドレッシング 塩、胡椒	565	
3	水	ごはん <small>※年中(ば・ひま)はランチBOX 年中組(ば・ひま)の汁物は オレンジジュースです。</small>	白身魚のあんかけ ひじきの煮物 照り焼きつくね 豆腐の味噌汁	白身魚フライ ひじき、大豆、枝豆 華味鶏つくね 豆腐、味噌	ごはん 砂糖、片栗粉、なたね油 砂糖、なたね油、こんにゃく なたね油、砂糖	玉ネギ、パプリカ、えのき 人参 キャベツ、玉ネギ、人参、ネギ	酒、塩、酢、濃口醤油 酒、みりん、濃口醤油、だしの素 塩、胡椒、みりん、濃口醤油 だしの素	561	
4	木	ごはん <small>※年中(さ・たん)ランチBOX 年中組(さ・たん)の汁物は オレンジジュースです。</small>	ハンバーグ ブロックリーのゆかり和え いんげんのソテー コンスープ	やわらかハンバーグ かつおぶし ベーコン 牛乳	ごはん なたね油 コンスープ	ミックスベジタブル ブロックリー いんげん	ケチャップ、塩、胡椒 ゆかり 塩、胡椒	433	
5	金	ごはん <small>年少組・年中組の2号のみ ※年長組は夏期合宿で ランチボックス</small>	焼きそば 厚巻卵 ミニアメリカンドッグ オレンジジュース	豚肉、かつお節 T厚巻卵(カニ風味) 弁当ミニドッグ	ごはん 焼きそば麺、なたね油、 なたね油 オレンジジュース	人参、玉ネギ、ピーマン、キャベツ、もやし	塩、胡椒、ウスターソース、とんかつソース	594	
6	土	パン 2号のみ	ナポリタンスパゲティ ブロックリーマヨ和え ジュース	博多の薫りソーセージ	食パン ママーズパゲティ、なたね油、砂糖 マヨネーズ、胡麻ドレッシング 野菜生活	人参、玉ネギ、パプリカ、 ブロックリー	ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、塩、胡椒 塩、胡椒	508	
8	月	誕生会 ※お弁当の準備をお願いします。 おやつ：クッキーガーデンさんのクッキーとパピコアイスを食べます。							
9	火	ごはん	鯖の照り焼き がんもどきの含め煮 揚げしゅうまい なすの味噌汁	サハ照焼 がんもどき しゅうまい 味噌	ごはん 砂糖 なたね油	キャベツ、ブロックリー、ミニトマト 人参 なす、玉ネギ、人参、キャベツ	青じそドレッシング 濃口醤油、だしの素、みりん だしの素	510	
10	水	パン	クリームシチュー 唐揚げ 冷凍みかん	鶏肉、牛乳 鶏肉	食パン じゃがいも、なたね油 片栗粉、小麦粉、砂糖、なたね油	玉ネギ、皇型人参、しめじ キャベツ 冷凍みかん	塩、胡椒、コンソメ、ホワイトシチュールー 塩、胡椒、酒、濃口醤油、青じそドレッシング	614	
11	木	弁当日	※お弁当の準備をお願いします。						
12	金	ごはん 2号のみ	ホイコーロー チンゲン菜の胡麻和え 揚げきょうさ わかめスープ	豚肉 ぎょうざ わかめ	ごはん 砂糖、なたね油、片栗粉 砂糖、こま なたね油	キャベツ、パプリカ、人参、玉ネギ チンゲン菜、もやし、人参 人参、椎茸、玉ネギ、ネギ	酒、濃口醤油、テンメンジャン、塩、胡椒 濃口醤油、だしの素 中華だし、塩、胡椒、薄口醤油	693	
13	土	ごはん 2号のみ	鯖の味噌煮 ミートボール チンゲン菜のソテー お吸い物	鯖、味噌 華味鶏つくね ベーコン 豆腐	ごはん 砂糖 砂糖、なたね油 なたね油、コーン	生姜、花型人参、絹さや チンゲン菜、人参 しめじ、えのき、人参	濃口醤油、みりん、酒 コンソメ、ケチャップ、ウスターソース、塩、胡椒 濃口醤油、だしの素 濃口醤油、だしの素	635	
16	火	なっとく丼 2号のみ	ごぼうサラダ 豚汁 ゼリー	鶏ミンチ、ひきわり納豆 豚肉、味噌	ごはん、なたね油、砂糖 マヨネーズ、胡麻ドレッシング なたね油、こんにゃく、里芋 オレンジゼリー	ごぼう、人参、いんげん 人参、大根、ネギ	濃口醤油 塩、胡椒 だしの素	473	
17	水	ごはん 2号のみ	生姜焼き 小松菜のじゃこ和え ちくわの磯辺揚げ 玉ネギの味噌汁	豚肉 ちりめんじゃこ、油揚げ ちくわ、青のり 豆腐、味噌	ごはん 砂糖、なたね油 ごま油、砂糖 小麦粉、なたね油	玉ネギ、人参、生姜 小松菜、もやし、人参 キャベツ、玉ネギ、人参、ネギ	濃口醤油、みりん、酒 薄口醤油 だしの素	571	
18	木	ごはん 2号のみ	筑前煮 春雨の酢の物 大学芋 大根の味噌汁	鶏肉 ロースハム わかめ、味噌	ごはん こんにゃく、里芋、なたね油、砂糖 春雨、砂糖 中華ポテト	人参、椎茸、ゴボウ、蓮根 きゅうり 大根、玉ネギ、人参、ネギ	濃口醤油、薄口醤油、酒、みりん、だしの素 薄口醤油、酢、だしの素 だしの素	446	
19	金	ナン 2号のみ	チキンナゲット チリコンカン カップヨーグルト	チキンナゲット 合挽肉、大豆、枝豆 らくのうマザーズヨーグルト	ナン なたね油 なたね油、砂糖	玉ネギ、人参、にんにく、トマト缶	ケチャップ、塩、胡椒、コンソメ	473	
20	土	ごはん 2号のみ	鶏肉の照り焼き スパゲティサラダ 南瓜の煮物 厚揚げの味噌汁	鶏肉 ロースハム 厚揚げ、味噌	ごはん なたね油、砂糖 マヨネーズ、ママーズパゲティ 砂糖	キャベツ、ミニトマト、ブロックリー きゅうり、ミックスベジタブル 南瓜 玉ネギ、ほうれん草、人参、ネギ	塩、胡椒、酒、みりん、濃口醤油、青じそドレッシング 塩、胡椒 濃口醤油、みりん、塩、だしの素 だしの素	469	
22	月	ごはん 2号のみ	ひじきのコロック 里芋の煮物 人参しりしり じゃがいもの味噌汁	ひじきたっぷりコロック 卵、ツナ 味噌 じゃがいも	ごはん なたね油 里芋、砂糖、 コーン、砂糖、なたね油 じゃがいも	キャベツ、ミニトマト いんげん 人参、ネギ 玉ネギ、小松菜、人参	青じそドレッシング 濃口醤油、みりん、だしの素 塩、胡椒、濃口醤油 だしの素	476	
23	火	カレーライス 2号のみ <small>※なかよし同窓会(卒園児)</small>	マカロニサラダ 白玉入りフルーツポンチ	豚肉 ロースハム 冷凍白玉	ごはん、じゃがいも、なたね油 マカロニ、マヨネーズ、胡麻ドレッシング	人参、きゅうり、キャベツ パイン缶、みかん缶、桃缶	塩、胡椒、カレールー、ウスターソース 塩、胡椒	504	
24	水	ごはん 2号のみ	鯖のみぞれ煮 野菜のすり身寄せ ほうれん草のお浸し 油揚げの味噌汁	さばのみぞれ煮 野菜のすり身寄せ 油揚げ、豆腐、味噌	ごはん なたね油 砂糖	ほうれん草、人参、もやし 玉ネギ、人参、ネギ	濃口醤油、みりん、だしの素 だしの素	497	
25	木	ごはん 2号のみ	太刀魚のフライ 粉ふきいも ベジタブルソテー けんちん汁	太刀魚のフライ 豆腐 鶏肉、卵 安心素材春巻き	ごはん なたね油 じゃがいも なたね油、バター こんにゃく、里芋 ごはん、砂糖	キャベツ、ブロックリー、ミニトマト パセリ ミックスベジタブル ごぼう、人参、大根、ネギ 玉ネギ、人参、ネギ	青じそドレッシング 塩 塩、胡椒 濃口醤油、塩、だしの素 濃口醤油、みりん、酒、だしの素	488	
26	金	親子丼 2号のみ	揚げ春巻き 小松菜の胡麻和え オレンジジュース	安心素材春巻き	なたね油 砂糖、胡麻 オレンジジュース	小松菜、もやし、人参	濃口醤油、だしの素	544	
27	土	ごはん 2号のみ	焼肉風炒め ナムル ソーセージ チンゲン菜の味噌汁	牛肉 博多の薫りソーセージ わかめ、味噌	ごはん なたね油 砂糖、ごま油、胡麻 なたね油	玉ネギ、人参、ピーマン、キャベツ 人参、もやし、ほうれん草 チンゲン菜、玉ネギ、人参、ネギ	焼肉のたれ 濃口醤油、中華だし、塩 ケチャップ だしの素	549	
29	月	ごはん 2号のみ	酢鶏 きんぴらごぼう にらの卵とじ 里芋の味噌汁	鶏肉 卵 豆腐、味噌 里芋	ごはん じゃがいも、なたね油 なたね油、砂糖、胡麻 なたね油 里芋	ピーマン、玉ネギ、人参、生姜 人参、ごぼう にら、もやし 玉ネギ、人参、ネギ	塩、胡椒、酒、ケチャップ、酢、オイスターソース 濃口醤油、だしの素 塩、胡椒、濃口醤油 だしの素	506	
30	火	マーボー丼 2号のみ	フレーンオムレツ ゆで枝豆 中華スープ	豚挽肉、厚揚げ フレーンオムレツ 枝豆 わかめ	ごはん、砂糖、なたね油、ごま油	玉ネギ、人参、にら、椎茸、生姜	濃口醤油、塩、テンメンジャン 中華だし、塩、胡椒、薄口醤油	523	
31	水	パン 2号のみ	鶏肉のトマト煮込み フライドポテト コールスローサラダ 牛乳	鶏肉	食パン 砂糖、なたね油、ママーズパゲティ じゃがいも、なたね油 マヨネーズ、フレンチドレッシング(白)	トマト缶、ブロックリー きゅうり、キャベツ、人参、みかん缶	コンソメ、ケチャップ、ウスターソース、塩、胡椒 塩 塩、胡椒	443	