

令和元年 7 月 献 立 表（ 5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組・2歳児うさぎ組 ） 柳辻こども園							
日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	678	☆つくし2組クッキング☆ お部屋でいもちを 作って食べます♪
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ こんにゃく ひじき 油揚げ グリンピース	ばりんこ	☆ ☆ ☆	21.8	
		ほうれん草と麩のすまし汁	ほうれん草 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	源氏パイ			
2	火	ごはん	米	ヨーグルト	ヨーグルト 砂糖	563	☆ひまわり組クッキング☆お部屋でじゃが芋ボールを 作って食べます♪☆つくし1組クッキング☆ お部屋でいもちを作って食べます♪
		鶏肉の胡麻味噌焼き	鶏肉 合わせ味噌 しょう油 砂糖 酒 生姜 いりごま	グラハムビスケット	☆ ☆ ☆	20.7	
3	水	ごはん ちりめんじゃこ	米 ちりめんじゃこ	牛乳	牛乳	599	
		なすと豚肉の煮物	なす 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく ひじき 厚揚げ グリーンピース	スイカ	スイカ	20.0	
		えのきと若布のすまし汁	えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ソフトせんべい	☆ ☆ ☆		
4	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	663	☆たんぽぽ組クッキング☆お部屋でmixジュースを作って飲み ます♪
		鶏肉の唐揚げ	鶏肉 しょう油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 油	あたり前田のクリケット お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	26.4	
5	金	七タそうめん	そうめん 豚肉 オクラ 卵 ブタかまぼこ そうめんつゆ	牛乳	牛乳	560	セタにちなんで星に見立てた可愛いメ ニューを入れました。☆ひまわり組☆お 部屋でおけそうめんを食べます♪
		おほしさまクロquette ブルー	豚肉 鶏肉 じゃがいも 玉葱 小麦粉 パン粉 油 ブルー	お星さまゼリー お星さませんべい	☆ ☆ ☆	17.2	
		ウインナーピラフ	米 ボークビッツ 玉葱 人参 グリンピース マッシュルーム コーン	ジュース	りんごジュース	547	
じゃがいものポトフ	コンソメ ブイオン 塩 じゃがいも 豚肉 きゃべつ コーン コンソメ ブイオン しょう油 みりん 酒 塩	お菓子	☆ ☆ ☆	15.4			
8	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	534	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキーQueenです！
		高野豆腐と豚肉の煮物	高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく グリンピース	パイナップル	パイナップル	24.0	
		小松菜と麩の味噌汁	小松菜 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	自然風味 汐錦	☆ ☆ ☆		
9	火	ごはん	米	牛乳	牛乳	613	こっこクラブ ランチタイム♪
		鯖のトマトソースかけ	鯖 塩 小麦粉 トマト缶 玉葱	フルーチェ(ストロベリー味) 牛乳ウエハース	牛乳 フルーチェの素	27.3	
		もやしと油揚げの味噌汁	もやし 油揚げ しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	619	
10	水	豚肉と野菜のスーパゲティ	スパゲティ 豚肉 白菜 玉葱 人参 しめじ 黄パプリカ マッシュルーム コンソメ ブイオン しょう油 みりん 酒 塩 片栗粉	牛乳	牛乳	619	
		ポテトサラダ	じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ	フライドポテト	じゃがいも 塩 油	22.0	
		かりかり魚	煮干し 油	たべっこどうぶつ	☆ ☆ ☆		
11	木	かぼちゃのミンチカレー	米 合挽きミンチ かぼちゃ じゃがいも ビーマン コーン 玉葱 人参 りんご パナナ	うさぎ組)牛乳	牛乳	569	この時期の旬(たくさん出回り おいしく食べられる食材)は、 茄子・ピーマン・トマト・ オクラ・きゅうりです。 給食のメニューにも たくさん取り入れているので 何が入っているか探してみてくださいね。
		和風サラダ	はちみつ コンソメ ブイオン カレールウ スキムミルク	ビスコ	☆ ☆ ☆	21.2	
		幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン 香りがまドレッシング 牛乳 野菜ジュース	おにぎりせんべい			
12 誕生会	金	ごはん ポケモンふりかけ	米 ふりかけ	お楽しみアイスクリーム	牛乳 生クリーム	620	
		味噌カツ / プチマト	豚肉 粉末状植物性たん白 食塩 パン粉 ショートニング 大豆粉 油 八丁味噌 ケチャップ / プチマト		スキムミルク	19.7	
		ツナときゃべつのサラダ	ツナ きゃべつ きゅうり ハム コーン コールスロドレッシング		グラニュー糖 コーン	チョコスプレー	
13	土	コンソメスープ	白菜 玉葱 ベーコン パセリ コンソメ ブイオン しょう油 みりん 酒 塩	ジュース	りんごジュース	589	家庭保育協力日
		野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 しめじ 白菜 油揚げ ひじき	お菓子	☆ ☆ ☆	19.6	
		牛肉クロquette チーズ	かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 米あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 油 チーズ				
15	月	休園（ 海の日 ） 					
16	火	豚しゃぶそうめん	そうめん 豚肉 きゅうり 卵 ブタかまぼこ そうめんつゆ	牛乳	牛乳	488	☆つくし組☆お部屋で おけそうめんを食べます♪
		かぼちゃクロquette ブルー	かぼちゃ じゃがいも 卵白 小麦粉 砂糖 塩 油 ブルー	ブリッツ(サラダ味) 星食べよ	☆ ☆ ☆	17.5	
		ごはん	米	ヨーグルト	ヨーグルト 砂糖	563	
17	水	鶏肉の胡麻味噌焼き	鶏肉 合わせ味噌 しょう油 砂糖 酒 生姜 いりごま	グラハムビスケット	☆ ☆ ☆	20.7	
		かぼちゃとかまぼこの味噌汁	かぼちゃ かまぼこ 玉葱 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし				
		ごはん ちりめんじゃこ	米 ちりめんじゃこ	牛乳	牛乳	599	
18	木	なすと豚肉の煮物	なす 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく ひじき 厚揚げ グリーンピース	スイカ	スイカ	20.0	こども園の農園で採れた じゃがいも・玉葱を使った メニューも献立に入る予 定です。詳しくは掲示でお 知らせします♪
		えのきと若布のすまし汁	えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ソフトせんべい	☆ ☆ ☆		
		ごはん	米	牛乳	牛乳	663	
19 終業式	金	鶏肉の唐揚げ	鶏肉 しょう油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 油	あたり前田のクリケット お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	26.4	
		ミネストローネ	玉葱 人参 ビーマン 黄パプリカ 豚肉 マカロニ マッシュルーム ケチャップ 砂糖 コンソメ ブイオン				
		ウインナーピラフ	米 ボークビッツ 玉葱 人参 グリンピース マッシュルーム コーン	ジュース	りんごジュース	547	
20	土	じゃがいものポトフ	コンソメ ブイオン 塩 じゃがいも 豚肉 きゃべつ コーン コンソメ ブイオン しょう油 みりん 酒 塩	お菓子	☆ ☆ ☆	15.4	家庭保育協力日
		ゼリー	ゼリー				
		ごはん	米	牛乳	牛乳	534	
22	月	高野豆腐と豚肉の煮物	高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく グリンピース	パイナップル	パイナップル	24.0	
		小松菜と麩の味噌汁	小松菜 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	自然風味 汐錦	☆ ☆ ☆		
		ごはん	米	牛乳	牛乳	613	
23	火	鯖のトマトソースかけ	鯖 塩 小麦粉 トマト缶 玉葱	フルーチェ(ストロベリー味) 牛乳ウエハース	牛乳 フルーチェの素	27.3	
		もやしと油揚げの味噌汁	にんにく コンソメ ブイオン ケチャップ 砂糖 もやし 油揚げ しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし		☆ ☆ ☆		
		豚肉と野菜のスーパゲティ	スパゲティ 豚肉 白菜 玉葱 人参 しめじ 黄パプリカ マッシュルーム コンソメ ブイオン しょう油 みりん 酒 塩 片栗粉	牛乳	牛乳	619	
24	水	ポテトサラダ	じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ	フライドポテト	じゃがいも 塩 油	22.0	
		かりかり魚	煮干し 油	たべっこどうぶつ	☆ ☆ ☆		
		かぼちゃのミンチカレー	米 合挽きミンチ かぼちゃ じゃがいも ビーマン コーン 玉葱 人参 りんご パナナ	うさぎ組)牛乳	牛乳	569	
25	木	和風サラダ	はちみつ コンソメ ブイオン カレールウ スキムミルク	ビスコ	☆ ☆ ☆	21.2	質問などは 担任にお聞ください♪ 
		幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン 香りがまドレッシング 牛乳 野菜ジュース	おにぎりせんべい			
		親子丼	米 卵 鶏肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 油揚げ	牛乳	牛乳	700	
26	金	砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし	砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし	ハーベスト(セサミ) エントリー	☆ ☆ ☆	30.5	家庭保育協力日
		えびかつ	えび 玉葱 パン粉 卵白粉 油				
		レアチーズ	レアチーズ				
27	土	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 しめじ 白菜 油揚げ ひじき	ジュース	りんごジュース	589	
		牛肉クロquette チーズ	かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 米あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 油 チーズ	お菓子	☆ ☆ ☆	19.6	
		ごはん	米				
29	月	切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ こんにゃく ひじき 油揚げ グリンピース	牛乳	牛乳	678	
		ほうれん草と麩のすまし汁	かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ほうれん草 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ばりんこ 源氏パイ	☆ ☆ ☆	21.8	
		ごはん	米	牛乳	牛乳	656	
30	火	鶏肉の梅味噌焼き	鶏肉 梅びしお みりん 合わせ味噌	フルーチェ(ストロベリー味) 牛乳ウエハース	牛乳 フルーチェの素	37.7	
		きゃべつと油揚げの味噌汁	きゃべつ 油揚げ 人参 しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし		☆ ☆ ☆		
		冷やしサラダうどん	うどん きゃべつ きゅうり もやし 人参 ツナ コーン 砂糖 しょう油 みりん 酒 酢 ごま油 めんつゆ	牛乳	牛乳	471	
31	水	ささみチーズカツ	鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油	シガーフライ	☆ ☆ ☆	23.5	
		幼児組)小魚アーモンド うさぎ組)小魚フィッシュ	小魚アーモンド 小魚フィッシュ	えび小丸			