



# 7月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2021年

日	曜日	給食	おやつ
1	木	ごはん、カレイのBBQソース和え、カニカマ入り炒りたまご、レンコンサラダ、大根の味噌汁、パイナップル	麦茶、きな粉マカロニ
2	金	二色パン、鶏肉と野菜のトマト煮、ブロッコリーの和え物、おくら入りコーンスープ、スイカ	麦茶、甘辛団子
3	土	ハヤシライス、コーンサラダ、茹でブロッコリー、豆腐スープ、バナナ	麦茶、ゼリー、お菓子
4	日		
5	月	ごはん、鶏肉とオニオン焼き、トマトとコーンの和え物、ひじき入り切干大根煮、なめこの味噌汁、バナナ	麦茶、きな粉トースト
6	火	ゆかりごはん、キスの天ぷら、筑前煮、きゅうりの塩漬け、なすの味噌汁、オレンジ	麦茶、ヨーグルト、ビスケット
7	水	縁日(やきそば、カップから揚げ・フライドポテト、麦茶)	麦茶、ワッフル
8	木	ごまごはん、鮭の塩焼き、レンコンの金平、かぼちゃの甘煮、ごぼう汁、パイナップル	牛乳、ココア蒸しパン
9	金	冷やしたぬきうどん、和風のしとり、さつま揚げと昆布煮、華風きゅうり、スイカ	麦茶、スティックさつま芋揚げ
10	土	豚丼、コーンサラダ、トマト、麩入り清汁、グレープフルーツ	麦茶、シュガーパン
11	日		
12	月	ごはん、鯖の照り焼き、切干大根の煮物、かぼちゃサラダ、わかめの味噌汁、バナナ	麦茶、ポップコーン
13	火	麻婆丼、マカロニサラダ、ツナと大根の煮物、中華スープ、メロン	麦茶、わらび餅
14	水	アメリカ料理、(パン、チキンナゲット、アメリカンサラダ、ガンボスープ、パイナップル)	麦茶、アメリカンクッキー
15	木	のりたまごはん、鮭のタルタルソース焼き、金平ごぼう、しらすとわかめの酢の物、油揚げの味噌汁、オレンジ	麦茶、フルーツプリン
16	金	鶏味噌スパゲティー、厚焼き玉子、豆腐サラダ、キャベツスープ、スイカ	牛乳、ドーナツ
17	土	冷やしうどん、チキンの塩焼き、スティックさつま、バナナ	麦茶、おにぎり
18	日		
19	月	ビビンバ、フランクフルト、シェルマカロニサラダ、野菜入り白湯スープ、デラブドウ	麦茶、あげパン
20	火	日本料理 (そうめん、エビ天、かぼちゃのいとこ煮、冷やっこ、バナナ)	麦茶、和風ケーキ
21	水	トマト入りドライカレー、シーザーサラダ、さつま芋のレモン煮、オニオンスープ、メロン	麦茶、茹でとうもろこし
22	木	海の日	
23	金	スポーツの日	
24	土	ゆかりごはん、鮭の南部焼き、がめ煮、キャベツの味噌汁、オレンジ	麦茶、ジャムカナッペ
25	日		
26	月	ごはん(焼き海苔付き)、豆腐の肉巻き、アスパラの味噌マヨ和え、トマトの甘酢和え、白玉麩入り味噌汁、スイカ	麦茶、手作りおこし
27	火	誕生会(さんまの蒲焼き丼、松風焼き、きゅうりスティック、ミニトマト、そうめん汁、オレンジ)	麦茶、ゼリーアラモード
28	水	夏野菜カレーライス、中華サラダ、茹でブロッコリー、レタススープ、スイカ	麦茶、アイスクリーム
29	木	枝豆ごはん、豚肉となすの炒め、ツナとブロッコリーサラダ、わかめの酢の物、かぼちゃの味噌汁、デラブドウ	麦茶、カルピスゼリー
30	金	冷やし中華、チキンの塩焼き、ホットベジタブルマヨネーズ添え、ヨーグルト	麦茶、なんちゃってどら焼き
31	土	豆腐あんかけ丼、ハムサラダ、トマト、わかめの味噌汁、グレープフルーツ	ジュース、ジャムロール

今月の平均 **3～5歳児** エネルギー **583kcal** たんぱく質 **21.6g**  
 脂質 **18.9g** 塩分 **2.2g**



★ 仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。