

令和4年 7月 献立表

スターチス保育園

曜日	日付	献立名	材料名	おやつ	エネルギー たんぱく質 ()は1.2歳
金	15 29	ごはん 夏野菜の豚汁 鶏肉の磯辺焼き かぼちゃの甘煮 果物	【給食】米、豚肉、生揚げ、キャベツ、なす、トマト、かつおだし、みそ、鶏むね肉、米粉、あおのり、食塩、油、かぼちゃ、かつおだし、しょうゆ、砂糖、みりん、 【おやつ】牛乳、コーンフレーク、ヨーグルト(無糖)、みかん缶、もも缶(黄桃)、ビスケット、	牛乳 フルーツヨーグルト ビスケット	556kcal (501kcal) 25.2g (22.7g)
土	2 16 30	ミートドリア ミネストローネスープ 果物	【給食】米、ミートソース、ホワイトソース、牛乳、とろけるチーズ、キャベツ、たまねぎ、ウインナーソーセージ、大豆水煮、コンソメ、食塩、ミネストローネ缶、 【おやつ】牛乳、ドーナツ、	牛乳 ドーナツ	569kcal (512kcal) 15.5g (14g)
月	4	★夏祭り献立 オランダ レーズンパン エルテンスープ ヒュッツポット 果物 新	【給食】ぶどうパン、豚肉、グリーンピース、ねぎ、たまねぎ、セロリ、オリーブ油、コンソメ、食塩、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、コンソメ、ウインナーソーセージ、 【おやつ】牛乳、じゃがいも、油、食塩、	牛乳 フライドポテト	522kcal (470kcal) 17.9g (16.1g)
火	5 19	★夏祭り献立 中国 エビチャーハン 白菜と帆立のスープ シウマイ 果物	【給食】米、ごま油、鶏がらスープの素、しばえび、ウインナーソーセージ、ねぎ、にんじん、しいたけ、食塩、はくさい、しめじ、ほたて貝柱水煮缶、鶏がらスープの素、食塩、豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、料理酒、食塩、片栗粉、しゅうまいの皮、 【おやつ】牛乳、粉かんでん、砂糖、豆乳、みかん缶、	牛乳 杏仁豆腐 新	522kcal (470kcal) 22.9g (20.6g)
水	6 20	★夏祭り献立 オーストラリア ロールパン コンソメスープ チキンシュニッセル マッシュポテト 果物 新	【給食】ロールパン、キャベツ、にんじん、ヤングコーン、コンソメ、食塩、鶏むね肉、食塩、小麦粉、卵、パン粉、油、じゃがいも、食塩、豆乳、 【おやつ】牛乳、ホットケーキ粉、卵、砂糖、豆乳、マーガリン、バナナ、にんじん、	牛乳 新 バナナ入り キャロットケーキ	533kcal (480kcal) 24.3g (21.9g)
木	7 21	★夏祭り献立 ハワイ ロコモコ丼 オックステール風スープ 果物 新	【給食】米、豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、卵、牛肉、ねぎ、みつば、しょうが、にんにく、コンソメ、食塩、 【おやつ】牛乳、米、スパム、焼きのり、	牛乳 スパムおにぎり	648kcal (583kcal) 26.5g (23.8g)
金	8 22	★夏祭り献立 イタリア スパゲティボロネーゼ ミルフアンティ ズッキーニのソテー 果物 新	【給食】スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんにく、オリーブ油、トマト缶詰、ワイン(赤)、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、砂糖、食塩、卵、じゃがいも、粉チーズ、コンソメ、食塩、ズッキーニ、コーン、ウインナーソーセージ、油、食塩、 【おやつ】牛乳、コーンフレーク、ヨーグルト(無糖)、みかん缶、もも缶(黄桃)、せんべい、	牛乳 フルーツヨーグルト せんべい	576kcal (519kcal) 22.8g (20.5g)
土	9 23	チャーハン わかめスープ 果物	【給食】米、鶏がらスープの素、ねぎ、しいたけ、ウインナーソーセージ、しばえび、ごま油、卵、しょうゆ、食塩、こしょう、カットわかめ、コーン、木綿豆腐、鶏がらスープの素、食塩、しょうゆ、 【おやつ】牛乳、スティックパン、	牛乳 スティックパン	558kcal (502kcal) 22g (19.8g)
月	11 25	とうもろこしごはん すまし汁 豚肉の生姜焼き いんげんのごまマヨ和え 果物	【給食】米、とうもろこし、こんぶ、食塩、料理酒、だいこん、みずな、しめじ、かつおだし、しょうゆ、食塩、豚小間、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、みりん、油、いんげん、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ、ごま、 【おやつ】牛乳、強力粉、砂糖、食塩、マーガリン、ドライイースト、すりごま、	牛乳 ごまパン	522kcal (470kcal) 20.3g (18.3g)
火	12 26	ごはん すまし汁 鮭の西京焼き オクラ入り納豆和え 果物	【給食】米、はくさい、こまつな、にんじん、かつおだし、しょうゆ、食塩、さけ、みそ、砂糖、料理酒、納豆、トマト、オクラ、なめたけ、 【おやつ】牛乳、食パン、パイナップル、クリームチーズ、ホイップクリーム、	牛乳 フルーツサンド	590kcal (531kcal) 27.6g (24.9g)
水	13 27	ごはん わかめスープ 厚揚げのみそ炒め マロニーの中華和え 果物	【給食】米、コーン、ほたて貝柱水煮缶、カットわかめ、鶏がらスープの素、食塩、豚肉、生揚げ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが、にんにく、ごま油、みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、マロニー、にんじん、きゅうり、かにかまぼこ、すりごま、しょうゆ、砂糖、酢、ごま油、鶏がらスープの素、 【おやつ】牛乳、さつまいも(皮付)、えだまめ、食塩、	牛乳 新 ふかし芋 ゆで枝豆	507kcal (457kcal) 19.5g (17.5g)
木	14 28	デミグラスソースオムライス コンソメスープ ブロッコリーのサラダ 果物	【給食】米、卵、油、牛肉、たまねぎ、マッシュルーム、にんじん、ハヤシルウ、ケチャップ、いんげん、コーン、ゆで大豆、コンソメ、食塩、ブロッコリー、ツナ油漬缶、トマト、マヨネーズ、 【おやつ】牛乳、米、うめ(生)、しらす干し、ごま、すいか、	牛乳 新 梅しらすおにぎり すいか	629kcal (566kcal) 20.9g (18.8g)

	目標量	7月平均
	エネルギー たんぱく	エネルギー たんぱく
1・2歳	475kcal 19.0g	507kcal 19.9g
3歳～	585kcal 23.4g	563kcal 22.1g

献立は園の行事、都合等で変更する場合がございますので、ご了承ください。