



7月献立表

令和3年6月30日 社会福祉法人三心会 山田町第一保育所

| 日 | 曜 | おやつ (未満児) | アレルギー児対応食 | 献立名 | アレルギー児 対応食 | おやつ (全園児) | アレルギー児対応食 |
|----|---|--------------|-----------|---|------------------|----------------------|---------------------|
| 1 | 木 | 牛乳・コーン菓子 | 牛乳→麦茶 | 豚と小松菜の炒め物・スパゲティソテー・もやしナムル・豆腐味噌汁・オレンジ | | 牛乳 ★バナナクッキー | 牛乳→麦茶 |
| 2 | 金 | 牛乳・えびせん | 牛乳→麦茶 | 鮭マヨチー焼き・五目きんぴら・ゆかり和え・じゃが芋味噌汁・りんご | マヨチー焼き →チーズ除去 | 牛乳・ぼたぼた焼き | 牛乳→麦茶 |
| 3 | 土 | 麦茶・クラッカー | | 中華丼・中華スープ・バナナ | | 麦茶・ハッピーターン | |
| 4 | 日 | | | | | | |
| 5 | 月 | 牛乳・サッポロポテト | 牛乳→麦茶 | 信田巻き・コーンソテー・大根ツナサラダ・キャベツ味噌汁・バナナ | | 牛乳 ★さつま芋蒸しパン | 牛乳→麦茶 |
| 6 | 火 | 牛乳・ベジたべる | 牛乳→麦茶 | 鮭南部焼き・さつま芋ボール・レンコンサラダ・なめこ汁・オレンジ | | ヨーグルト・ハッピーターン | ヨーグルト→フルーツゼリー |
| 7 | 水 | ぶどうジュース・星食べよ | | 鶏天・かぼちゃ煮・きゅうり中華和え・七夕そうめん汁・すいか | | ★七夕ゼリー (りんご・オレンジ) | |
| 8 | 木 | 牛乳・ハッピーターン | 牛乳→麦茶 | すき焼き風煮・竹輪海女ちゃん揚げ・彩りナムル・大根味噌汁・グレープフルーツ(バナナ) | | 牛乳★おにぎり | |
| 9 | 金 | 牛乳・塩煎餅 | 牛乳→麦茶 | 鱈カレー竜田揚げ・マッシュポテト・リンゴサラダ・野菜スープ・オレンジ | | 牛乳・ばかうけ | 牛乳→麦茶 |
| 10 | 土 | 麦茶・ばかうけ | | ハヤシライス・野菜スープ・バナナ | | 麦茶・星食べよ | |
| 11 | 日 | | | | | | |
| 12 | 月 | 牛乳・コーン菓子 | 牛乳→麦茶 | 鱈照り焼き・豆腐ナゲット・ごまよこし・じゃが芋味噌汁・グレープフルーツ(りんご) | | 牛乳★ポップコーン | |
| 13 | 火 | フルーツゼリー | | 鶏さっぱり煮・さつま芋レモン煮・和風サラダ・豆腐味噌汁・バナナ | | 牛乳★揚げパン | 牛乳→麦茶 |
| 14 | 水 | 牛乳・えびせん | 牛乳→麦茶 | 鮭さつま揚げ・じゃが芋ソテー・スパゲティサラダ・なめこ汁・オレンジ | | 牛乳・源氏パイ | 牛乳→麦茶 |
| 15 | 木 | 牛乳・クラッカー | 牛乳→麦茶 | 豚カツ・すき昆布煮・トマト・大根味噌汁・バナナ | | 牛乳★りんごケーキ | 牛乳→麦茶 |
| 16 | 金 | 牛乳・サッポロポテト | 牛乳→麦茶 | 鶏甘辛煮・春雨ソテー・大豆サラダ・野菜スープ・オレンジ | 大豆サラダ →チーズ除去 | ヨーグルト・ハッピーターン | ヨーグルト→フルーツゼリー |
| 17 | 土 | 麦茶・コーン菓子 | | 和風スパゲティ・野菜スープ・バナナ (夏祭り) | | 麦茶・塩煎餅 | |
| 18 | 日 | | | | | | |
| 19 | 月 | 牛乳・ベジたべる | 牛乳→麦茶 | ムサカ(世界の料理:ギリシャ)・ブロッコリーソテー・トマト・野菜スープ・バナナ | ムサカ →チーズ除去 | 牛乳・揚げ煎餅 | 牛乳→麦茶 |
| 20 | 火 | 牛乳・星食べよ | 牛乳→麦茶 | 鯖香味焼き(鱈香味焼き)・ベーコンポテトサラダ・もやし炒め・なめこ汁・オレンジ | | ジョアマスカット・源氏パイ | ジョアマスカット→マスカットジュース |
| 21 | 水 | 牛乳・ハッピーターン | 牛乳→麦茶 | チキンカレー・コーンサラダ・たこさんウインナー・野菜スープ・グレープフルーツ(バナナ) | | 牛乳 ★かぼちゃポーロ | 牛乳→麦茶 |
| 22 | 木 | | | 海の日 | | | |
| 23 | 金 | | | スポーツの日 | | | |
| 24 | 土 | 麦茶・ベジたべる | | 麻婆豆腐丼・中華スープ・バナナ | | 麦茶・ばかうけ | |
| 25 | 日 | | | | | | |
| 26 | 月 | 牛乳・塩煎餅 | 牛乳→麦茶 | 鮭マヨネーズ焼き・彩り納豆・きんぴらレンコン・じゃが芋味噌汁・りんご | | ヨーグルト・揚げ一番煎餅 | ヨーグルト→フルーツゼリー |
| 27 | 火 | リンゴジュース・ばかうけ | | チキンカツ・大豆トマト煮・即席漬け・若布味噌汁・オレンジ | | 牛乳★肉まん | 牛乳→麦茶 |
| 28 | 水 | 牛乳・コーン菓子 | 牛乳→麦茶 | 鯖塩焼き(鱈塩焼き)・さつま芋天ぷら・切干大根煮・なめこ汁・バナナ | | 牛乳 ★シュガーラスク | 牛乳→麦茶 ラスク→ホットケーキ |
| 29 | 木 | 牛乳・えびせん | 牛乳→麦茶 | 豆腐ハンバーグ・カレースパゲティ・ひじきサラダ・大根味噌汁・オレンジ | | 牛乳・ばかうけ | 牛乳→麦茶 |
| 30 | 金 | 牛乳・星食べよ | 牛乳→麦茶 | 焼きそば・ミニフランク・フライドポテト・茹でもろこし・きゅうりさっぱり漬け・若布スープ・すいか (誕生会) | | ★イチゴ味かき氷 | |
| 31 | 土 | ヨーグルト | ヨーグルト→ゼリー | 冷やしきつねうどん・ミニジュース・バナナ | | 麦茶・揚げ煎餅 | |

7月平均摂取エネルギー(以上児:569kcal・未満児:479kcal)

※ご家庭での食事において変化等がありましたらお知らせ下さい。 ※()内は未満児(0・1・2歳児)に提供する予定です。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・ちくわ・かまぼこはアレルギーフリーの物を提供します。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいにしてお持ち下さい。 ※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。



今日は...
岩手一周給食は奥州市。最高級品として取引されている「江刺りんご」が代表的ですが、昼夜の寒暖差と高い栽培技術により育てられています。りんごたっぷりのケーキを提供予定です。
世界一周給食はギリシャ。オリンピック発祥の地。ムサカはギリシャの伝統的料理です。ホワイトソース・ミートソース・野菜を層状に重ねて焼き上げる料理です。茄子とじゃが芋のミートソースグラタンにアレンジして提供予定です。