



## 7月献立表

令和5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)	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)	おやつ(全園児) アレルギー児 対応食
1	土	麦茶・ポテコ		中華丼・中華スープ・オレンジ	醤油→除去	麦茶・さっぱり塩煎餅	
2	日						
3	月	牛乳・白い風船		ご飯・海苔巻きチキン・カレースパゲティ・しめじ和え・ 大根味噌汁・オレンジ	醤油→除去 スパゲティ→野菜炒め	★フルーツヨーグルト	ヨーグルト→ゼリー バナナ→除去
4	火	牛乳・ばかうけ	ばかうけ→除去菓子	ご飯・鯖ごま竜田(鯖ごま竜田)・キャベツのコーンソテー・ かぼちゃサラダ・高野豆腐味噌汁・グレープフルーツ(りんご)	醤油→除去	★冷やしそうめん	そうめん→おにぎり
5	水	牛乳・クラッカー	クラッカー →除去菓子	ご飯・和風麻婆豆腐・ナスフライ・竹輪射込み・若布スープ・ バナナ	醤油→除去 バナナ→オレンジ	牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶
6	木	牛乳・ハッピーターン		ご飯・鮭と鶏のなかよしバーグ・和風スパゲティソテー・ 茹でブロッコリー・小松菜味噌汁・オレンジ	醤油・スパゲティ →除去	牛乳・まがり煎餅	牛乳→麦茶 まがり煎餅→除去菓子
7	金	牛乳・ポテコ		おいなりさん・鶏天・ハムコーンサラダ・トマト・七夕そうめん汁・ スイカ (七夕会)	小麦粉→除去 そうめん→ササミ	リンゴジュース ★星型クッキー	クッキー→米粉
8	土	麦茶・さっぱり塩煎餅		焼肉丼・野菜味噌汁・オレンジ	醤油→除去	麦茶・ハッピーターン	
9	日						
10	月	フルーツゼリー		ご飯・豚照り焼き・細切りピーマンの炒め物・ベーコンポテサラ・ 大根味噌汁・バナナ	醤油→除去 バナナ→オレンジ	牛乳 ★タコ焼き風パン	牛乳→麦茶 パン→米粉
11	火	牛乳・おととと	おととと →除去菓子	ご飯・鮭カレー焼き・フレンチトマトサラダ<りんごドレッシング>・ チキンナゲット・豆腐味噌汁・オレンジ	醤油→除去	牛乳 ★青のりポップコーン	牛乳→麦茶
12	水	牛乳・サツポロポテト	サツポロポテト →除去菓子	ご飯・すき焼き風煮・竹輪磯辺揚げ・小松菜ふりかけ・ きのご味噌汁・バナナ	醤油・小麦粉→除去 バナナ→オレンジ	麦茶★若布おにぎり	
13	木	牛乳・ハッピーターン		ご飯・鯉南焼・かぶそぼろ煮・トマト・キャベツ味噌汁・ オレンジ	醤油→除去	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶 えびせん→除去菓子
14	金	牛乳・ポテコ		ご飯・鶏塩焼き・ひじき五目煮・ブロッコリー白和え・なめこ汁・ バナナ	醤油→除去 バナナ→りんご	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶
15	土	麦茶・白い風船		ドライカレー・野菜スープ・オレンジ (夏祭り)		麦茶・サラダ煎餅	
16	日						
17	月			海の日			
18	火	牛乳・塩煎餅		ご飯・鮭塩焼き・さつま芋マッシュ・キャベツごまサラダ・ 大根味噌汁・オレンジ	醤油→除去	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶 ぼたぼた焼き→除去菓子
19	水	牛乳・えびせん	えびせん →除去菓子	ご飯・ミートボール・トマトとしらすのさっぱり和え・ 椎茸入り納豆・キャベツ味噌汁・バナナ	醤油→除去 バナナ→りんご	牛乳★水ようかん	牛乳→麦茶
20	木	牛乳・ベジたべる	ベジたべる →除去菓子	ご飯・鯉味噌煮・かぼちゃ挽肉あんかけ・スティックきゅうり・ 豆腐味噌汁・オレンジ	醤油→除去	ジョアマスカット・ かりんとう	ジョア→ぶどうジュース かりんとう→除去菓子
21	金	牛乳・ポテコ		ご飯・鶏さっぱり煮・炒合菜・ごぼうチップスサラダ・ 若布味噌汁・バナナ	醤油→除去 バナナ→オレンジ	牛乳 ★スイカ蒸しパン	牛乳→麦茶 蒸しパン→米粉
22	土	麦茶・さっぱり塩煎餅		麻婆丼・中華スープ・オレンジ	醤油→除去	麦茶・ハッピーターン	
23	日						
24	月	牛乳・クラッカー	クラッカー →除去菓子	ご飯・鮭コーンマヨ焼き・海鮮マカロニソテー・トマト・ ほうれん草味噌汁・オレンジ	醤油・マカロニ→除去	ヨーグルト ・さっぱり塩煎餅	ヨーグルト→ゼリー
25	火	フルーツゼリー		ご飯・豚中華焼き・じゃが芋きんぴら・カミカミサラダ・ 豆腐味噌汁・バナナ	醤油→除去 バナナ→オレンジ	牛乳 ★コーンマヨピザ	牛乳→麦茶 ピザ→米粉
26	水	牛乳・ばかうけ	ばかうけ →除去菓子	ご飯・夏野菜カレー・ミニメンチ・フレンチリンゴサラダ・ 野菜スープ・オレンジ	カレールー→除去用	★ビールゼリー (リンゴ味)・塩煎餅	
27	木	牛乳・さっぱり塩煎餅		ご飯・鯉青のりフライ・グリーンサラダ<胡麻ドレッシング>・ ミニつくね・キャベツ味噌汁・バナナ	フライ→竜田揚げ バナナ→オレンジ	牛乳★ちんすこう	牛乳→麦茶 ちんすこう→米粉
28	金	牛乳・ハッピーターン		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・スイカ (誕生会)	焼きそば→ピーファン	★かき氷(メロン)	
29	土	麦茶・ポテコ		鶏そぼろ丼・野菜味噌汁・オレンジ	醤油→除去	麦茶・さっぱり塩煎餅	
30	日						
31	月	牛乳・白い風船		ご飯・鯖ごま味噌焼き・竹輪カレー揚げ・そうめんサラダ・ 豆腐味噌汁・オレンジ	小麦粉・そうめん・ 醤油→除去	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶

7月平均摂取エネルギー(以上児:530kcal・未満児:461kcal)

※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・ウィンナー・魚肉ソーセージ・ちくわ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持たせて下さい。

※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。

