

倉治こども園 きゅうしょくだより (令和6年7月)

日	メニュー		10時間食	3時間食
	メニュー	主な食材	乳児のみ	
1月	御飯 サバの胡麻ダレ焼き じゃがいもの煮物 味噌汁	米 サバ 料理酒 砂糖 醤油 みりん 白胡麻 片栗粉 じゃがいも だし汁 砂糖 醤油 キヌサヤ 切り麩 きざみあげ だし汁 味噌	牛乳 とろべー	お茶 ★カルピスゼリー 粉寒天 カルピス 黄桃缶
2火	御飯 豚肉と里芋の煮物 ブロッコリーの磯和え 味噌汁	米 豚肉 里芋 大根 人参 サラダ油 だし汁 砂糖 醤油 ブロッコリー えのき 人参 砂糖 醤油 焼ききざみのり 玉葱 ワカメ だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★マドレーヌ ホットケーキミックス 砂糖 マーガリン 卵 パンラエッセンス
3水	御飯 鶏肉の生姜炒め 小松菜の胡麻和え 味噌汁	米 鶏肉 玉葱 人参 サラダ油 土生姜 砂糖 醤油 みりん 小松菜 人参 白胡麻 砂糖 醤油 キャベツ もやし だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	お茶 ★ヨーグルト・★菓子 ヨーグルト エースコイン
4木	ワカメ御飯 七夕そうめん 星型ポテト フルーツ	米 炊き込みわかめ そうめん 鶏ササミ オクラ プチトマト コーン だし汁 醤油 塩 みりん 星型ポテト 油 ミカン缶	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★七夕ゼリー・★菓子 七夕お星さま三色ゼリー 星たべよ
5金	御飯 アジフライ ほうれん草のお浸し すまし汁	米 アジ 料理酒 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース ほうれん草 えのき 醤油 だし汁 砂糖 人参 ネギ だし汁 醤油	牛乳 とろべー	牛乳 ★ぶどう ぶどう
6土	ワカメラーメン フルーツ	中華そば玉 鶏肉 ワカメ 玉葱 コーン サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープベース パン缶	/	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
8月	御飯 筑前煮 キャベツのおかか和え 味噌汁	米 鶏肉 ササガキ 人参 板コンニャク キヌサヤ サラダ油 砂糖 醤油 みりん キャベツ 人参 糸かつお 醤油 砂糖 ワカメ きざみあげ だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	★メーブルホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 メーブルシロップ サラダ油
9火	パン 茄子のミートグラタン ブロッコリーのツナ和え コンソメスープ	ロールパン 茄子 塩 胡椒 合ミンチ 玉葱 GP ダイストマト缶 コンソメ ケチャップ トンカツソース 砂糖 サラダ油 パン粉 シュレットチーズ ブロッコリー 人参 ツナ缶 砂糖 醤油 マカロニ キャベツ コンソメ 醤油	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ★ねぎ味噌おやき 米 ネギ 人参 砂糖 味噌 白胡麻 サラダ油
10水	御飯 豚肉のオイスターソース炒め 刻み昆布の和え物 すまし汁	米 豚肉 チンゲンサイ 玉葱 人参 胡麻油 料理酒 オイスターソース 醤油 糸切り昆布 キャベツ 人参 砂糖 醤油 切り麩 ネギ だし汁 醤油	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★ココアクッキー 小麦粉 マーガリン 砂糖 ココア
11木	御飯 チキン南蛮 胡瓜とワカメの中華和え 中華スープ	米 鶏肉 塩 胡椒 小麦粉 片栗粉 油 醤油 みりん 砂糖 酢 タルタルソース 胡瓜 人参 ワカメ 砂糖 酢 醤油 胡麻油 ワカメ 玉葱 中華スープベース 醤油	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★ぶどう寒天 グレープジュース 粉寒天 砂糖 (0,1才・菓子)
12金	御飯 ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	米 ハンバーグ ケチャップ ウスターソース じゃがいも 胡瓜 人参 エッグゲアマヨネーズ 塩 胡椒 小松菜 玉葱 コンソメ 醤油	牛乳 とろべー	牛乳 ★セサミスコーン ホットケーキミックス 黒胡麻 マーガリン 砂糖 牛乳
13土	冷やしうどん フルーツ	うどん 鶏ミンチ 胡瓜 人参 ネギ だし汁 醤油 みりん 黄桃缶	/	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
15月	海の日			

日	メニュー		10時間食	3時間食
	メニュー	主な食材	乳児のみ	
16火	御飯 鶏肉の胡麻焼き ひじき煮 味噌汁	米 鶏肉 土生姜 醤油 サラダ油 砂糖 みりん 片栗粉 白胡麻 ひじき きざみあげ キヌサヤ 人参 サラダ油 砂糖 醤油 料理酒 だし汁 玉葱 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★うどんスナック 細うどん 油 塩 青のり
17水	麻婆丼 胡瓜のナムル 中華スープ	米 合ミンチ 人参 玉葱 豆腐 醤油 味噌 赤だし味噌 砂糖 胡麻油 土生姜 片栗粉 ネギ 胡瓜 人参 塩 胡麻油 大根 ニラ 中華スープベース 醤油	牛乳 ぱりんこ	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
18木	御飯 豚肉のソテー 人参しりしり コンソメスープ	米 豚肉 玉葱 人参 ピーマン サラダ油 塩 胡椒 砂糖 醤油 コンソメ 人参 ツナ缶 コーン サラダ油 塩 醤油 砂糖 もやし ネギ コンソメ 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★桃ケーキ ホットケーキミックス 牛乳 黄桃缶 砂糖 BPアルミフリー ホイップクリーム
19金	御飯 鶏肉の竜田揚げ ほうれん草の胡麻ドレッシング 味噌汁	米 鶏肉 土生姜 醤油 料理酒 片栗粉 油 ほうれん草 人参 胡麻ドレッシング ワカメ きざみあげ だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★カップケーキ (はらぺこあおむ 卵 牛乳 ホットケーキミックス サラダ 砂糖 チョコソース
20土	五目ラーメン フルーツ	中華そば玉 豚肉 玉葱 人参 干椎茸 コーン サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープベース ミカン缶	/	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
22月	御飯 揚げ餃子・ブロッコリー 春雨サラダ 中華スープ	米 ギョーザ 油 ポン酢 ブロッコリー 春雨 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 胡麻油 玉葱 ワカメ 中華スープベース 醤油	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ★コーンフレーク シスコーン 牛乳
23火	ゆかり御飯 高野豆腐と豚肉の炒り煮 キャベツのボン酢和え 味噌汁	米 ゆかり 高野豆腐 豚肉 玉葱 人参 醤油 砂糖 料理酒 だし汁 キャベツ 人参 ポン酢 砂糖 白胡麻 切り麩 ネギ だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★マカロニあべかわ マカロニ きな粉 砂糖 塩
24水	夏野菜カレー コールスローサラダ デザート	米 合ミンチ 玉葱 人参 ピーマン 南瓜 塩 胡椒 カレールウ 無塩バター ケチャップ ウスターソース キャベツ 人参 コーン ノンオイルフルチクリーミ 砂糖 動物園ゼリー	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
25木	御飯 豚肉の甘辛焼き チンゲンサイのナムル 中華スープ	米 豚肉 土生姜 玉葱 ピーマン 醤油 サラダ油 砂糖 みりん チンゲンサイ もやし 人参 白胡麻 塩 胡麻油 玉葱 ワカメ 中華スープベース 醤油	牛乳 とろべー	牛乳 ★メーブル蒸しパン ホットケーキミックス 牛乳 砂糖 サラダ油 メーブルシロップ
26金	御飯 鶏肉のレモン醤油焼き スパゲティサラダ コンソメスープ	米 鶏肉 塩 サラダ油 砂糖 醤油 レモン汁 スパゲティ 胡瓜 人参 塩 胡椒 エッグゲアマヨネーズ キャベツ あらびきウインナー コンソメ 醤油 粉パセリ	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★オレンジゼリー・★菓子 3連オレンジゼリー ぱりんこ
27土	焼きうどん すまし汁	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 サラダ油 焼きそばソース 醤油 塩 胡椒 青のり 切り麩 ワカメ だし汁 醤油	/	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	塩分(g)
1,2歳児	520	18.6	17.1	262	2.0
3歳以上児	530	19.4	16.3	216	2.2

※ GP → グリンピース MV → ミックスベジタブル BP → ベーキングパウダー ★手作りおやつ になります。
 ※ 国産のお米を使用しております。
 ※ だし汁は、だし昆布、だしかつおを使用しています。
 ※ エッグゲアマヨネーズは卵不使用のマヨネーズです。

※この値は一ヶ月の平均値です。