

令和4年度

7月 献立表

岡崎幼稚園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 ご飯 米40 ひじきの千草焼 ひじき0.5 鶏ミンチ10 油0.5 卵30 玉葱20 砂糖0.3 ほうれん草5 醤油1 塩 ごま酢和え もやし50 きゅうり8 塩 人参5 油揚げ5 ごま2 酢2 砂糖1.5 醤油2 味噌汁 じゃが芋25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	2 きんぴらごはん 米40 牛ミンチ7 豚ミンチ3 人参5 こんにゃく10 塩 絹さや3 生姜0.3 砂糖0.5 酒2 出し昆布 醤油2 油1 かぼちゃのそぼろ煮 かぼちゃ40 鶏ミンチ10 玉葱15 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 酒1 片栗粉0.5 煮干し 味噌汁 豆腐25 乾わかめ0.3 味噌4.5 煮干 出し昆布
				豆乳もち 豆乳 黄粉 砂糖 片栗粉 牛乳 ※フルーン	バナナ おせんべい (市販) 牛乳 ※チーズ
4 ご飯 米40 鯖の照り焼き 鯖50 砂糖1 醤油2 酒4 みりん4 キャベツのごま和え キャベツ50 人参5 きゅうり8 ごま2 砂糖1 醤油2 味噌汁 玉葱15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	5 (幼児遠足日) かんたんハヤシライス 米40 牛肉25 玉葱60 人参10 マッシュルーム10 ケチャップ5 小麦粉1 油1 ソース5 砂糖0.3 カットトマト20 塩0.2 バター0.3 かぼちゃサラダ かぼちゃ50 きゅうり10 レーズン3 塩0.2 マヨドレ8 砂糖0.5	6 カリカリトースト 食パン(小麦・乳) なすびのグラタン なすび50 牛ミンチ15 豚ミンチ10 トマト20 玉葱20 牛乳40 バター2 小麦粉3 ミックスチーズ5 ケチャップ5 油0.6 塩0.2 レタスとツナのごま酢和え レタス20 もやし30 ツナ5 ごま2 醤油2 わかめ0.5 砂糖1 酢2	7 鮭ずし 米40 さけフレーク6 酢7 絹さや3 ごま1.2 塩0.4 砂糖4 出し昆布 夏野菜のかき揚げ 鶏ササミ20 玉葱15 人参10 かぼちゃ30 油6 とうもろこし 8 小麦粉8 卵6 塩0.5 セタスーフ オクラ10 人参5 出し昆布 醤油0.5 塩0.4 花かつお	8 ご飯 米40 豚肉の梅味噌焼き 豚肉50 白味噌1 酒1.2 砂糖1 みりん1 醤油2 油0.5 梅干5 トマト ずいきとあげの煮付け ずいき40 油揚げ7 人参8 砂糖0.5 醤油2 みりん1 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	9 ご飯 米40 野菜炒め 豚肉30 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 塩0.3 キャベツ20 醤油2 砂糖1 ごま油1 卵スープ 卵18 乾わかめ0.3 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン
じゃが芋のバター焼き じゃが芋 塩 バター フルーン 牛乳 ※チーズ	ヨーグルト (市販) クラッカー (小麦・乳) ※牛乳	のりおにぎり 米 のり 塩 きゅうりの浅漬け きゅうり 醤油 酢 砂糖 昆布 ※チーズ	セタクッキー 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 B.P 紫芋パウダー 牛乳 ※レーズン	かぼちゃボール かぼちゃ 砂糖 コーンフレーク 牛乳 ※バナナ	動物ビスケット (市販) (小麦・乳・卵) 牛乳 ※おせんべい
11 梅しそご飯 米40 梅干し5 出し昆布 ちりめんじゃこ2 青じそ1 松風焼き 鶏ミンチ35 玉葱15 牛蒡10 人参5 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油1 かぼちゃの甘煮 南瓜40 砂糖1 醤油1 みりん1 味噌汁 麩(小麦)1 乾わかめ0.3 味噌4.5 煮干 出し昆布	12 ご飯 米40 鶏むね肉の南蛮漬 鶏むね肉30 かぼちゃ20 玉葱20 ピーマン5 なすび20 赤ピーマン5 醤油2 酢2 片栗粉3 砂糖1 油5 出し昆布 塩0.3 春雨のコーンスープ 春雨5 ニラ3 ブイヨン 冷コーン8 卵15 醤油0.5 塩0.3	13 きんぴらごはん 米40 牛ミンチ7 豚ミンチ3 人参5 こんにゃく10 塩 絹さや3 生姜0.3 砂糖0.5 酒2 出し昆布 醤油2 油1 厚揚げのそぼろ煮 厚揚げ40 鶏ミンチ10 人参20 玉葱20 三度豆3 砂糖1 醤油2 生姜0.5 酒1 みりん1 片栗粉0.5 味噌汁 じゃが芋25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	14 バケット (小麦・乳) チリコンカーン 大豆15 牛ミンチ15 玉葱50 人参15 油0.6 砂糖0.3 ケチャップ5 醤油1 塩0.2 酒1 カレー粉0.2 パンプキンスーフ 南瓜60 玉葱25 牛乳80 バター3 生クリーム3 パセリ0.1 ブイヨン0.3 塩0.3	15 ご飯 米40 なすとにしんの煮付(幼児) なすび40 にしん20 人参8 砂糖2 酒1 生姜 醤油2 みりん3 絹さや3 なすと油揚げの煮付(乳児) なすび20 油揚げ3 人参8 砂糖2 酒1 絹さや3 ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 乾わかめ0.5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	16 ご飯 米40 肉じゃが 牛肉20 じゃが芋50 玉葱25 人参12 三度豆3 砂糖1 醤油2 油0.5 酒2 みりん2 味噌汁 キャベツ10 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布 トマト
蒸しとうもろこし きらびあげ (小麦) 牛乳 ※おせんべい	グレープゼリー ぶどうジュース 砂糖 アガー カリカリトースト (小麦) 牛乳 ※メロン	非常用パン (小麦・乳) りんご 牛乳 ※チーズ	枝豆おにぎり 米 枝豆 塩 炒り小魚 ※牛乳	すいか おせんべい 牛乳 ※レーズン	バナナ クラッカー 牛乳 ※おせんべい

月曜日 18	火曜日 19	水曜日 20	木曜日 21	金曜日 22	土曜日 23
休 園 日	米40 和風ハンバーグ 鶏ミンチ30 豚ミンチ25 ケチャップ3 冷コーン8 味噌1.5 油2 パン粉4 塩 玉葱15 青葱3 醤油0.5 豆腐10 オクラのねばねば和え オクラ30 納豆8 塩 人参3 砂糖0.8 醤油2 味噌汁 キャベツ10 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	生中華麺(小麦・卵)30 きゅうり8 トマト20 ブイヨン 無添加ハム10 もやし15 酢3 醤油6 砂糖3 ごま油0.8 出し昆布 鶏のから揚げ 鶏60 片栗粉5 砂糖0.3 酒4 醤油2 みりん1 油 生姜 添え野菜 サラダ菜2	米40 五目豆腐 豆腐60 豚肉15 玉葱25 人参10 絹さや3 干椎茸1 油0.3 酒2 醤油2 砂糖1 塩0.2 片栗粉1.2 生姜 たたきごぼう ごぼう25 ごま2 砂糖1 醤油1 酢1.5 塩 味噌汁 ほうれん草10 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 ウナギ35 砂糖1 醤油2 酒1 みりん1 冬瓜のくず煮 冬瓜60 人参10 鶏ミンチ10 三度豆3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 塩 生姜 片栗粉1 清汁 豆腐25 三つ葉3 出し昆布 醤油0.5 塩0.4 花かつお	米40 豆腐45 卵20 鶏ミンチ15 人参10 油0.5 青葱7 砂糖1 醤油2 塩 焼きのり0.5 片栗粉2 酒1 みりん2 ごぼうの土佐煮 ごぼう30 砂糖0.8 油 人参10 花かつを1 醤油2 みりん1 酒0.2 味噌汁 麩(小麦)1 乾わかめ0.3 味噌4.5 煮干 出し昆布
	フルーツヨーグルト ヨーグルト みかん缶 桃 バナナ 砂糖 ※おせんべい	鮭おにぎり 米 鮭フレーク チーズ ※牛乳	ミルクパン(市販) (小麦・卵・乳) フルーン 牛乳 ※チーズ	黒糖わらびもち わらびもち粉 砂糖 黄粉 黒糖 牛乳 ※バナナ	手作りクッキー 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 B.P 牛乳 ※おせんべい
25 ご飯	26 (誕生日会) 夏野菜カレーライス 米40 牛ミンチ20 玉葱50 なすび20 ズッキーニ10 人参10 オクラ10 カレールーウ5 醤油0.3 油5 塩0.2 コールスローサラダ キャベツ40 冷コーン8 酢2 砂糖0.5 塩0.3 きゅうり10 トマト10 ぶどう・マスカット	27 ご飯 米40 なすとにしの煮付(幼児) なすび40 にしん20 人参8 砂糖2 酒1 生姜 醤油2 みりん3 絹さや3 なすと油揚げの煮付(乳児) なすび20 油揚げ3 酒1 人参8 砂糖2 絹さや3 ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 乾わかめ0.5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	28 スパゲティーナポリタン スパゲティ(小麦)30 豚肉15 玉葱25 人参8 ピーマン5 ソース4 カットトマト20 油1 塩0.3 ケチャップ8 トマト20 レーズンサラダ キャベツ20 きゅうり10 レーズン3 レタス15 みかん缶10 オリーブ油2 酢2 砂糖0.5 塩0.3 野菜スープ オクラ10 人参5 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン	29 枝豆ごはん 米40 枝豆15 鶏の照り焼き 鶏肉60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4 ずいきとあげの煮付け ずいき40 油揚げ7 人参8 砂糖0.5 醤油2 みりん1 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	30 ご飯 米40 野菜炒め 豚肉30 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 塩0.3 キャベツ20 醤油2 砂糖1 ごま油1 卵スープ 卵18 乾わかめ0.3 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン
豆乳もち 豆乳 黄粉 砂糖 片栗粉 牛乳 ※フルーン	アイスクーキ 生クリーム 苺ジャム ビスケット(小麦) 牛乳 ※チーズ	すいか おせんべい 牛乳 ※レーズン	とうもろこしおにぎり 米 とうもろこし 塩 チーズ ※牛乳	みかんゼリー みかんジュース 砂糖 みかん缶 アガー カリカリトースト (小麦) 牛乳 ※バナナ	動物ビスケット(市販) (小麦・乳・卵) 牛乳 ※チーズ

速報!!

先月、パクパク通信で紹介した“枝豆”が育ってきています。



また、園庭には、なすび・トマト・きゅうり・ピーマン、玄関にはゴーヤがグングン育ち黄色や紫の花を咲かせ、実が少しずつついてきています。子ども達が見守る中、おいしくたくさん成長して欲しいなと思います。これから夏本番!!暑さに負けないよう、いっぱい食べて元気に過ごしましょう。



※印は乳児の朝のおやつです。
材料横の数字は、幼児1人分の分量です。
(乳児は4/5(80%)になります。)
※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。

