

# 7 月 の 給 食

社会福祉法人 今川学園  
今川学園 園長 篠瀬 実千代

献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	献立	食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	
1	木	ご飯 鰯のパン粉焼き 千切大根ののりごま和え 玉ねぎと豆苗のみそ汁	米 鰯・パン粉・塩こしょう・青のり 千切大根・人参・キャベツ・醤油・マヨネーズ・刻みのり・ごま 玉ねぎ・豆苗・みそ・だし	木葉 せんべい	もも缶	チョイス	17	土	おにぎり(鮭・ごま塩) 吉野煮2 ほうれん草のごま和え2	米・鮭ピン・ごま塩 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ごぼう・がんも・こんにやく・淡口醤油・酒・砂糖・みりん・片栗粉・だし・油 ほうれん草・すりごま・濃口醤油	紫芋チップ	ミニゼリー	芋けんぴ
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
2	金	親子丼 ほうれん草のごま和え 豆腐と小松菜のすまし汁	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ・三つ葉・卵・醤油・砂糖・みりん・だし・片栗粉 ほうれん草・人参・ごま・醤油・だし 豆腐・小松菜・醤油・だし	紫芋チップ	パイ缶	カリボテ	19	月	ハヤシライス マカロニサラダ 小松菜と春雨のスープ	米・牛肉・玉ねぎ・エリンギ・人参・ハヤシフレーク・とろけるハヤシ・油 マカロニ・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ・レモン汁・塩・こしょう 春雨・小松菜・片栗粉・鶏ガラ	木葉 せんべい	スティック チーズ	カルピス寒天 (カルピス・寒天)
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
3	土	おにぎり(ゆかり・わかめ) 絹揚げと豚肉の炒め煮2 小松菜とえのきのおひたし(土曜)	米・ゆかり・混ぜるわかめ 絹揚げ・豚肉・ピーマン・人参・エリンギ・ごま油・砂糖・濃口醤油・酒・鶏ガラスープ・片栗粉 小松菜・えのき・酢・淡口醤油・ごま油	おかか せんべい	ミニゼリー	ポップコーン	20	火	ご飯 鰯のあんかけ ブロッコリーの梅肉和え 豆腐と三つ葉のすまし汁	米 鰯・片栗粉・油<ソース>玉ねぎ・えのき・人参・ピーマン・醤油・砂糖・みりん・片栗粉・だし ブロッコリー・豆苗・梅肉・ポン酢・かつお節 豆腐・三つ葉・醤油・だし	かぼちゃ ポーロ	みかん缶	エースコイン
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
5	月	ご飯 ★豚じゃが ブロッコリーのおかか和え なめこと豆腐のみそ汁	米 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・こんにやく・砂糖・みりん・醤油・出汁・油 ブロッコリー・コーン・かつお節・濃口醤油 なめこ・豆腐・青ねぎ・みそ・だし	星っこ	スティック チーズ	ボンスケ	21	水	ご飯 ポークチャップ 小松菜とツナのごま酢和え うす揚げとかぼちゃのみそ汁	米 豚肉・玉ねぎ・ケチャップ・ウスター・酒・砂糖・油 小松菜・人参・ツナ・すりごま・酢・淡口醤油・ごま油 うす揚げ・かぼちゃ・ねぎ・みそ・だし	こめ せんべい	ミニゼリー	さやえんどう
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
6	火	ご飯 バーベキューチキン 春雨サラダ もやしとなすのすまし汁	米 鶏肉・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 春雨・きゅうり・ハム・コーン・醤油・砂糖・酢・ごま油 もやし・なす・ねぎ・醤油・だし	ミニわかめ ちゃん	ベビー ダノン	ぱりんこ	22	木	海の日				
7	水	鮭のサラダ寿司 ★星のハンバーグ そうめん汁	米・砂糖・酢・塩・鮭ピン・きゅうり・コーン・マヨネーズ 鶏肉・玉ねぎ・豚脂・粒状植物性たん白・豚肉・水溶性食物繊維・粉末状植物性たん白・砂糖 ・ぶどう糖・食塩・酵母エキス・にんにくペースト・香辛料・しょうがペースト・水・加工 エテンファン・セルロース・貝カルシウム・ピロリン酸第二鉄 そうめん・人参・おくら・醤油・だし	ひじき あられ	みかん缶	お星さまフルーツ寒天 (みかん缶・パイ缶・ もも缶・砂糖・ レモン汁・粉寒天)	23	金	スポーツの日				
				牛乳		幼児牛乳							
8	木	ジャージャー麺 エビシュウマイ ほうれん草の磯和え	中華そば・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・干し椎茸・きゅうり・みそ・砂糖・淡口醤油・片栗粉・鶏ガラスープ・ごま油 玉ねぎ・魚肉すり身・卵白・大豆たん白・豚脂・えび・豆腐・えびエキス・醤油・えびパウ ダー・ほたてエキス・オイスターソース・塩・砂糖・小麦粉・香辛料 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油	野菜入り ソフトせん	ミニゼリー	ふわっと	24	土	肉野菜あんかけ丼 ももゼリー	米・木綿豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ニラ・片栗粉・醤油・酒・砂糖・みりん・だし・油 ももゼリー	ソフトな 塩せん		塩味せんべい
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
9	金	ご飯 家常豆腐 ブロッコリーのじゃこ和え もずくスープ	米 絹揚げ・豚肉・人参・ピーマン・干し椎茸・にんにく・しょうが・みそ・濃口醤油・砂糖・酒・油 ブロッコリー・じゃこ・淡口醤油・ごま油 もずく・豆腐・青ねぎ・鶏ガラ	ふわふわ チップ	おさかな ソーセージ	ビスコ	26	月	ご飯 照り焼きチキン ほうれん草と人参のお浸し 豆腐とわかめのみそ汁	米 鶏肉・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 ほうれん草・人参・だし・醤油 豆腐・わかめ・ねぎ・みそ・だし	ベジタブル せん	ミニゼリー	星たべよ
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
10	土	豚ひき肉の春雨丼(土曜) りんごゼリー	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・椎茸・春雨・酒・鶏ガラ・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 りんごゼリー	こめ棒くん		ぼたぼた焼き	27	火	ご飯 麻婆なす 小松菜の納豆和え ★青梗菜と春雨のスープ	米 豚ひき肉・なす・豆腐・ねぎ・生姜・砂糖・醤油・みそ・ケチャップ・片栗粉・ごま油 小松菜・納豆・醤油 青梗菜・春雨・人参・鶏ガラ	キャロット せんべい	いちご ヨーグルト	とうもろこし
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
12	月	とうもろこしご飯 鶏肉のさっぱり煮 大豆の五目煮 なめことえのきのすまし汁	米・コーン・塩・酒 鶏肉・白ねぎ・生姜・酒・淡口醤油・砂糖・レモン汁 大豆・ごぼう・人参・板こんにゃく・干し椎茸・ひじき・絹揚げ・砂糖・みりん・淡口醤油・だし・油 なめこ・えのき・ねぎ・醤油・だし	おさつで ボン	フルーベリー ヨーグルト	アスパラガス	28	水	★玄米入り米粉パン 鶏ささみのレモン煮 かぼちゃのサラダ レタススープ	米粉・玄米粉・食物繊維・なたね油・砂糖・ドライイースト・食塩・トレハロース・加工でんぷん・増粘多糖類 鶏ささみ・酒・塩・こしょう・片栗粉・醤油・砂糖・酢・レモン汁・油 かぼちゃ・人参・きゅうり・ブロッコリー・マヨネーズ・ヨーグルト・塩 レタス・人参・鶏ガラ	きなこ せんべい	パイ缶	バナナ
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
13	火	ご飯/梅干し(幼児) 鰯の山賊焼き きゅうりの酢の物(じゃこ) うす揚げと玉ねぎのみそ汁	米 / 梅干し(幼児) 鰯・土生姜・にんにく・酒・淡口醤油・みりん きゅうり・じゃこ・わかめ・砂糖・酢・醤油 うす揚げ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし	米粉ロール クッキー かぼちゃ味	バナナ	マシュマロおこし (コーンフレーク・ マシュマロ・バター)	29	木	冷やしうどん ちくわの磯辺揚げ れんこん入りきんぴらごぼう	うどん・うす揚げ・わかめ・長ネギ・きざみのり・砂糖・淡口醤油・だし・みりん ちくわ・青のり・小麦粉・油 れんこん・ごぼう・人参・こんにやく・ごま・酒・砂糖・みりん・醤油・ごま油	米粉ロール クッキー	もも缶	ファイバーヨーグルト
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
14	水	ご飯 豆腐のチャンプルー 千切大根の塩昆布和え ニラ玉スープ	米 焼き豆腐・豚肉・小松菜・人参・ズッキーニ・もやし・酒・淡口醤油・塩・いり白ごま・ごま油・かつお節 千切大根・三度豆・塩昆布・ポン酢・ごま油 卵・ニラ・片栗粉・鶏ガラスープ	ソフトな 塩せん	ミニゼリー	源氏パイ	30	金	ご飯 鮭のチーズ焼き ブロッコリーとえびのサラダ ほうれん草と人参のスープ	米 鮭・チーズ・パセリ・酒 ブロッコリー・むきえび・レタス・コーン・フレンチドレッシング ほうれん草・人参・コンソメ	ミニわかめ ちゃん	ミニゼリー	ワッフル
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
15	木	米粉パン 鶏の唐揚げ キャベツとハムのサラダ 冬瓜とほうれん草のスープ	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 鶏肉・生姜・にんにく・醤油・酒・塩・米粉・片栗粉・水・油 キャベツ・ハム・アスパラ・オリーブオイル・醤油・酢 冬瓜・ほうれん草・鶏ガラ	のりわかめ せんべい	もも缶	すいか	31	土	豚みそ丼2 野菜ゼリー	米・豚肉・糸こんにやく・干しいたけ・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・片栗粉・ごま油 野菜ゼリー	野菜入り ソフトせん		ぱりんこ
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
16	金	ちゃんぽん麺 野菜コロッケ② 小松菜のおかか和え	中華そば・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・もやし・人参・干し椎茸・豆乳・みそ・鶏ガラ・塩・スキムミルク・油 馬鈴薯・野菜パン粉・小麦粉・玉ねぎ・人参・パン粉・小麦粉加工品・とうもろこし・砂 糖・さやいんげん・でん粉・ラード・食塩・たん白加水分解質・調味料(アミノ酸等)・着 色料(ハブリカ粉末)・増粘多糖類・水・油 小松菜・人参・かつお節・醤油	きなこ せんべい	パイ缶	サッポロポテト			7月7日は七夕の日です。七夕では昔から素麺を食べる習慣があります。理由は無病息災を願う縁起の良い食べ物とされていることや、天の川に似ている などと言われています。7日そうめん汁は、聖に見立てたオクラ、天の川に見立てた素麺で七夕をイメージしています♪ ※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1～2歳児のみの提供です。 ※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。				
				牛乳		幼児牛乳							

