



# 2023年7月のお給食



認定こども園 聖ヶ丘保育園こども未来学舎

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
1	29	土 きつねうどん 果物	ゆでうどん、豚肉、白菜、人参、干しいたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 果物	お菓子
3	31	月 冷やし中華 果物	生中華めん、卵、砂糖、食塩、きゅうり、もやし、ハム、米酢、砂糖、ごま油、しょうゆ、トマト 果物	五目おにぎり 米、鶏もも肉、人参、干しいたけ、ちくわ、板こんにゃく、しょうゆ、本みりん、酒、こんぶ
4	18	火 麻婆なす ナムル 中華スープ ご飯	豚ひき肉、なす、にんにく、しょうが、人参、たまねぎ、干しいたけ、油、砂糖、しょうゆ、赤みそ、中華だしの素、ごま油、片栗粉 緑豆もやし、小松菜、人参、黒きくらげ、砂糖、しょうゆ、中華だしの素、ごま、ごま油、食塩 冬瓜、カットわかめ、卵、中華だしの素、食塩、ごま油、ごま 米	みたらし団子 白玉粉、絹ごし豆腐、砂糖、しょうゆ、片栗粉 牛乳 牛乳
5	19	水 トマトシチュー マカロニサラダ ゆでたまご ご飯	鶏もも肉、木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、人参、オクラ、大豆水煮缶、にんにく、ホールトマト缶詰、洋風だしの素、砂糖、ケチャップ、食塩、片栗粉、油 マカロニ・スパゲティ、ツナ油漬缶、人参、豆苗、とうもろこし、マヨネーズ、食塩 卵、食塩 米	パイナップルケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、卵、牛乳、砂糖、油、パイナップル缶 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
6		木 白身魚のフライ せん野菜 スープ ご飯	かれない、小麦粉、卵、パン粉、油、マヨドレ、人参、たまねぎ、パセリ粉、レモン果汁 キャベツ、きゅうり、人参、ブロッコリー、米酢、砂糖、食塩、油 しめじ、緑豆もやし、葉ねぎ、洋風だしの素、食塩 米	黒ごまクッキー 無塩バター、砂糖、小麦粉、卵、黒ごま、食塩 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
20		木 夏野菜ハヤシライス フルーツヨーグルト	米、牛肉、赤ピーマン、黄ピーマン、なす、たまねぎ、しめじ、ズッキーニ、かぼちゃ、いんげんまめ、ウスターソース、ハヤシルウ、油 脱脂粉乳、生クリーム、砂糖、みかん缶、もも缶、バナナ	黒ごまクッキー 無塩バター、砂糖、小麦粉、卵、黒ごま、食塩 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
7	お誕生会	金 牛肉のちらし寿司 すまし汁 果物	米、ごま、米酢、砂糖、食塩、卵、砂糖、食塩、牛肉、ごぼう、しょうが、人参、干しいたけ、凍り豆腐、油、しょうゆ、砂糖、本みりん、焼きのり、さくらでんぶ、さやえんどう 干しそめん、人参、たまねぎ、オクラ、かまぼこ、しょうゆ、かつお・昆布だし汁 果物	セタデザート カルビス、かんてん、レッドキャベツ、砂糖、粉かんてん、重曹 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
21		金 白身魚のフライ せん野菜 スープ ご飯	かれない、小麦粉、卵、パン粉、なたね油、マヨドレ、人参、たまねぎ、パセリ粉、レモン果汁 キャベツ、きゅうり、にんじん、ブロッコリー、米酢、砂糖、食塩、油 しめじ、緑豆もやし、葉ねぎ、洋風だしの素、食塩 米	梅ゼリー 砂糖、梅シロップ、粉かんてん、梅、砂糖 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
8	22	土 チャーハン スープ 果物	米、焼き豚、たまねぎ、人参、葉ねぎ、マヨドレ、ごま油、中華だしの素、食塩 えのきたけ、みずな、カットわかめ、洋風だしの素、食塩 果物	お菓子
10	24	月 カレーライス サラダ 果物	米、五穀、牛肉、じゃがいも、たまねぎ、人参、しめじ、ひよこまめ、カレールウ、洋風だしの素、ケチャップ、ウスターソース、油 キャベツ、とうもろこし、ツナ油漬缶、マヨドレ、しょうゆ 果物	水ようかん こしあん、粉かんてん
11	25	火 豚肉の生姜焼き トマトときゅうりの酢の物 味噌汁 ご飯	豚肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、本みりん、砂糖、酒、油 きゅうり、トマト、しらす干し、カットわかめ、米酢、砂糖、食塩 まいたけ、葉ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 米	ババロア ババロリア、豆乳 牛乳 牛乳
12	26	水 スペイン風オムレツ 切干大根のサラダ スープ ご飯	卵、たまねぎ、セロリ、エリンギ、ピーマン、トマト、ベーコン、食塩、ケチャップ、本みりん 切り干しだいこん、にんじん、えだまめ、ちくわ、マヨドレ、しょうゆ ズッキーニ、干しいたけ、トウモロコシ、洋風だしの素、食塩 米	わらびもち わらび餅粉、砂糖、きな粉、砂糖、食塩、黒みつ ミルク 脱脂粉乳、砂糖
13	27	木 鮭の塩焼き ひじきの煮物 味噌汁 ご飯	さけ、食塩 ひじき、人参、いんげん、ゆで大豆、油揚げ、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、本みりん、ごま油 みずな、えのきたけ、モロヘイヤ、米みそ、かつお・昆布だし汁 米	うどんぎょうざ 豚ひき肉、ゆでうどん、にら、にんじん、しょうゆ、中華だしの素
14		金 チキンカツ かぼちゃサラダ スープ ご飯	鶏もも肉、食塩、小麦粉、卵、パン粉、油、ウスターソース、ケチャップ、本みりん 日本かぼちゃ、きゅうり、ハム、マヨドレ、食塩、砂糖 なす、こまつな、にんじん、たまねぎ、洋風だしの素、食塩 米	とうもろこし とうもろこし 野菜ジュース 野菜ジュース
28		金 とりの唐揚げ かぼちゃサラダ スープ ご飯	鶏もも肉、にんにく、しょうが、本みりん、しょうゆ、酒、片栗粉、なたね油 日本かぼちゃ、きゅうり、ハム、マヨドレ、食塩、砂糖 なす、こまつな、にんじん、たまねぎ、洋風だしの素、食塩 米	焼きとうもろこし とうもろこし、しょうゆ、みりん 野菜ジュース 野菜ジュース

ゆきぐみさんのみんなと作った梅シロップを使ってゼリーを作ります

## ★今月の新メニュー★

《給食》今月の誕生日会は、7日（金）に実施します！  
 《おやつ》5.19日→パイナップルケーキ  
 7日→セタゼリー  
 21日→梅ゼリー



※マヨドレは、卵を使用していないマヨネーズです。

※ヨーグルトは、スキムミルクとヨーグルト菌を使い、園で手作りしています。

