

平成29年度 7月 給食予定献立表

アレルギー用

打瀬保育園

日	曜	昼食 主食・汁・主菜・副菜・フルーツ	おやつ	主な材料名		
				血・肉・骨になるもの	力や体温になるもの	体の調子を整えるもの
3	月	ご飯 タンドリーポーク(ヨーグルト除去) 水菜のサラダ(しらす除去) オレンジ コンソメスープ(人参・キャベツ・パセリ)	米粉ジャムサンド	豚もも肉 洋風だし 醤油	米 オリーブ油 / 米粉パン マーレードジャム	にんにく 生姜 水菜 人参 キャベツ パセリ オレンジ
4	火	ご飯 鮭の照り焼き 野菜カレーソーテー グレープフルーツ 味噌汁(南瓜・長葱)	アレルギーケーキ	めかじき 醤油 味噌	米 三温糖 植物油 南瓜 / 小麦粉 三温糖 シナモンアップルジャム 植物油	生姜 人参 キャベツ 玉葱 しいたけ ビーマン 赤ビーマン 長葱 グレープフルーツ / パナナ
5	水	焼うどん(桜えび除去) 酢味噌和え パナナ 中華スープ(白菜・しめじ)	わかめおにぎり	豚もも肉 かつお節 醤油 鶏ささみ肉 わかめ 味噌 / わかめ	うどん 植物油 三温糖 ごま油 / 米	人参 キャベツ ビーマン 筍 胡瓜 トマト 白菜 しめじ パナナ
6	木	ご飯 鶏肉のつけやき 梅肉のおかか和え メロン 清まし汁(かぶ・わかめ)	☆オレンジゼリー ☆星たべよ	鶏もも肉 醤油 かつお節 わかめ	米 三温糖 / せんべい オレンジゼリー	ほうれん草 白菜 人参 梅肉 かぶ メロン
7	金	ご飯 セタカレー(加-の王子さま使用) 酢の物 パナナ	セタそうめん	鶏もも肉 加-の王子さま / 醤油 わかめ	米 じゃが芋 植物油 ホールコーン 三温糖 / そうめん	玉葱 人参 ビーマン 胡瓜 パイン パナナ / おくら みかん
10	月	ご飯 鶏肉の甘酢焼き フレンチサラダ パイン 中華スープ(人参・玉葱・パセリ)	米粉セサミサンド	鶏もも肉 醤油 / 牛乳	米 三温糖 オリーブ油 ごま油 / 米粉パン	キャベツ 胡瓜 みかん 人参 玉葱 パセリ パイン
11	火	ご飯 白身魚のオイル焼き 大根と胡瓜の胡麻酢和え グレープフルーツ 清まし汁(えのき・万能葱)	アレルギーケーキ	からすがれい 油揚げ 醤油 / 牛乳	米 オリーブ油 パン粉 三温糖 白ごま(1.6g) / 植物油 小麦粉 三温糖 マーレードジャム	にんにく パセリ 玉葱 大根 人参 胡瓜 えのき茸 万能葱 グレープフルーツ
12	水	汁のトマトカレー(洋風だし) 白菜のコールスローサラダ パナナ コンソメスープ(玉葱・ウイナー・パセリ)	おかかおにぎり	ツナ 洋風だし 豆乳 ウイナー / かつお節 醤油 青のり	スパゲティ オリーブ油 三温糖 / 米	にんにく 人参 玉葱 パセリ 白菜 レーズン パナナ
13	木	ご飯 鮭のさんが焼き 磯和え オレンジ 味噌汁(なめこ・長葱)	☆りらくませんべい	鯛すり身 刻みのり 醤油 味噌	米 ごま油 / りらくませんべい	生姜 しそ ほうれん草 キャベツ 人参 なめこ 長葱 オレンジ
14	金	ご飯 中華丼 ブロッコリーのおかか和え パナナ 清まし汁(わかめ・白ごま・玉葱)	青りんごゼリー ☆ぼりぼり小魚	豚もも肉 1/4kg入り 醤油 かつお節 わかめ / ぼりぼり小魚	米 植物油 ごま油 白ごま(1g) / 青りんごゼリーの素	生姜 人参 玉葱 白菜 チンゲン菜 しいたけ もやし ブロッコリー パナナ 玉葱
17	月	海 の 日				
18	火	ご飯 鮭の塩焼き 茄子とピーマンの味噌炒め オレンジ 清まし汁(豆腐・わかめ)	アレルギーケーキ	鮭 豚挽肉 豆腐 醤油 味噌 わかめ	米 植物油 三温糖 白ごま(1g) / 三温糖 小麦粉 三温糖 マーレードジャム 植物油	茄子 赤ビーマン 黄ビーマン オレンジ / パセリ
19	水	冷やし中華 金時豆 ホワイトグレープキャベツ	ゆかりおにぎり	醤油 わかめ 金時豆	卵なし中華生麺 ごま油 白ごま(1g) 三温糖 / 米 白ごま(0.9g)	人参 胡瓜 トマト ゆかり ホワイトグレープキャベツジュース
20	木	ご飯 鶏肉のつくね焼き さつま芋のポテトサラダ デラウェア コンソメスープ(おくら・冬瓜)	☆ばりんこせんべい ☆プチゼリー	鶏挽肉 醤油 洋風だし	米 三温糖 さつま芋 卵なしマヨネーズ / せんべい フチゼリー	長葱 人参 生姜 胡瓜 りんご おくら 冬瓜 デラウェア
21	金	ご飯 豚肉のきのこと焼き 人参甘煮 パナナ 味噌汁(じゃが芋・玉葱)	おたのしみおやつ	豚もも肉 醤油 味噌	米 植物油 三温糖 じゃが芋 / 餃子の皮 南瓜	生姜 しめじ えのき茸 しいたけ 玉葱 人参 パナナ
24	月	ご飯 鶏肉の西京焼き ゆかりの即席漬け オレンジ 清まし汁(小松菜・豆腐)	米粉ジャムサンド	鶏もも肉 味噌 豆腐	米 三温糖 / 米粉パン りんごジャム	キャベツ 胡瓜 人参 ゆかり 小松菜 オレンジ
25	火	ご飯 豚肉のスタミナ焼き さやいんげんとツナのチリ すいか 味噌汁(キャベツ・もやし)	さつま芋のレモン煮	豚もも肉 ツナジャム 味噌	米 三温糖 ホールコーン 植物油 / さつま芋 三温糖	にんにく 生姜 さやいんげん 人参 キャベツ もやし すいか / レモン
26	水	ご飯 チンジャオロース 蒸し南瓜 パナナ 中華スープ(冬瓜・長葱)	☆コーンフレーク (チョコワ除去)	豚もも肉 醤油 オイスターソース	米 ごま油 三温糖 南瓜 / コーンフレーク	生姜 筍 人参 ビーマン 赤ビーマン 黄ビーマン 玉葱 冬瓜 長葱 パナナ
27	木	ご飯 夏野菜カレー(カレーの王子さま使用) ナムル オレンジ	冷製パスタ (ツナ除去)	鶏もも肉 醤油 カレーの王子さま / 醤油	米 じゃが芋 南瓜 植物油 三温糖 ごま油 白ごま(0.9g) / スパゲティ ごま油	人参 玉葱 玉ねぎ もやし ほうれん草 オレンジ / 胡瓜 人参 トマト
28	金	ご飯 ポークビーンズ(洋風だし) ブロッコリー パナナ 清まし汁(えのき茸・小松菜)	抹茶お麩ラスク	大豆水煮 豚もも肉 洋風だし 醤油	米 じゃが芋 植物油 三温糖 / お麩 植物油 三温糖	玉葱 人参 ブロッコリー えのき茸 小松菜 パナナ / 抹茶
31	月	ご飯 鶏肉のおろし焼き 和風サラダ オレンジ 清まし汁(みつば・白玉麩)	米粉ジャムサンド	鶏もも肉 醤油 わかめ	米 ホールコーン 三温糖 白玉麩 / 米粉パン マーレードジャム	大根 生姜 キャベツ 胡瓜 人参 みつば オレンジ

《平均栄養価 3歳未満児(朝の牛乳含む)》

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
496	19.6	14.7	251	1.8

《平均栄養価 3歳以上児》

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
515	20.8	14.5	216	2

材料の入荷状況などの都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

☆印は市販品のおよりの提供になります。野菜・肉・魚の産地は見本の給食の上にご覧いただけます。

こんにちは、給食室です。

7/7はセタカレー・セタそうめんを予定しております。

セタカレーでは、子ども達にカレーの上に星の形の野菜を自分たちで飾ってもらいます。

