

献立表

令和4年 7月

社会福祉法人 白桜会

日	曜	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材料	午後おやつ	材料
1	15	金	チーズ ごはん	肉じゃが ほうれん草のごま和え みそ汁 (なめこ 豆腐)	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 白滝 ほうれん草 にんじん ごま なめこ 豆腐	アイス/せんべい 麦茶	アイス せんべい
2	23	土	せんべい 麺	ナポリタン ポトフスープ フルーツ 牛乳	スパゲティ 鶏肉 玉ねぎ にんじん ピーマン じゃがいも フルーツ	2日 菓子パン 23日 きな粉サ ンド 麦茶	2日 菓子パン 23日 食パン きな粉 マーガリン
4	19	月 火	スティ ック ビス ケット ごはん	さわらの磯辺焼き 筑前煮 みそ汁 (小松菜 お麩)	さわら 青のり 鶏肉 たけのこ にんじん 里芋 さつまあげ 小松菜 お麩	焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 もやし にんじん キャベツ
5	20	火 水	リッツ わかめ ごはん	ポークチャップ ポテトサラダ コンソメスープ	豚肉 玉ねぎ しめじ じゃがいも にんじん きゅうり ツナ コーン もやし わかめ	マシュマロサンド 牛乳	マシュマロ リッツ
6	21	水 木	せんべい ごはん	すき焼き煮 キャベツの塩昆布和え みそ汁 (じゃがいも えの き)	豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん 白滝 青梗菜 キャベツ きゅうり 塩昆 布 ごま じゃがいも えのき	チーズスコーン 牛乳	小麦粉 チーズ バター
7		木	チーズ ごはん	ポテトコロケ 短冊サラダ セタそうめん汁	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ コーン 大根 きゅうり にんじん ハム そうめん おくら 長ねぎ	フルーツポンチ 牛乳	キウイ みかん パイナップル ゼリー
8	22	金	ビスケ ット ごはん	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ なす ピーマン じゃがいも ブロッコ リー コーン ハム フルー ツ	ブルーベリー ジャムサンド 麦茶	食パン レモン汁 ブルーベリー
9	30	土	せんべい 麺	冷やしきつねうどん しゅうまい フルーツ 牛乳	うどん 油揚げ きゅうり もやし ほうれん草 豚肉 長ねぎ たけのこ フルーツ	菓子パン 麦茶	菓子パン
11	25	月	スティ ック ビス ケット ごはん	鯖のごまみそ焼き 切り昆布の煮物 塩ちゃんこ汁	鯖 ごま みそ 切り昆布 にんじん 油揚げ 大豆 鶏肉 もやし 長ねぎ 豆腐	小倉トースト 牛乳	食パン あんこ バター
12	26	火	リッツ パン	カチャトーラ スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 玉ねぎ トマト ピーマン ズッキーニ じゃがいも きゅうり ハム スパゲティ にんじん フル ーツ	肉みそおにぎり 麦茶	米 豚肉 みそ
13	27	水	せんべい ごはん	豆腐ハンバーグ 切干大根サラダ みそ汁 (なす 油揚げ)	豚肉 豆腐 玉ねぎ 切干大根 キャベツ きゅうり ツ ナ にんじん なす 油揚げ	いも餅 牛乳	じゃがいも 片栗粉
	28	木	チーズ ごはん	チンジャオロース 春雨サラダ わかめスープ	豚肉 ピーマン たけのこ にんじ ん ツナ 春雨 きゅうり ハム もやし ごま わかめ 玉ねぎ	鶴茶んケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 牛乳 緑茶 あずき
	16	土	せんべい ごはん	ハヤシライス わかめスープ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃがいも にんじん グリーンピース わかめ 玉ねぎ バナナ	フレンチトースト 麦茶	食パン 卵 牛乳
	29	金	ビスケ ット	★夏祭りメニュー★ わかめおにぎり 鮭おにぎり から揚げ ウィンナー 星ポテト ミニトマト マカロニサラダ	米 わかめ 鮭 鶏肉 しょうが ウィンナー 星ポテト ミニマト マカロニ きゅうり ツナ コーン	金魚すくいゼリー 麦茶	アガー 寒天 野菜ジュース 炭酸
14		木	ビスケ ット	 お誕生日会メニュー 	ピーマン にんにく 豚肉 チーズ 春雨 きゅうり 卵 ハム にんじん 豆腐 にもやし 長ねぎ	すいかの蒸しケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 抹茶 ごま 牛乳

※都合により、多少献立を変更する事があります。ご了承ください。

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ピーマンごはん
- ✿チーズカツ
- ✿バンサンスー
- ✿中華スープ

今月の平均栄養摂取量	
3歳未満児	3歳以上児
エネルギー / たんぱく質	エネルギー / たんぱく質
431 kcal / 17.1g	521 kcal / 22.2g