

令和4年度 7月献立 北野田こども園

	11・25 (月)	12・26 (火)	13・27 (水)	14・28 (木)	1・15・29 (金)	2・16・30 (土)
献立	<ul style="list-style-type: none"> ごはん あじのごま焼き 冬瓜の煮物 いんげんの おかかマヨ和え みそ汁・オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉と厚揚げの煮物 もやしのパン酢和え すまし汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> 夏野菜カレー フルーツヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉の照り焼き フライドポテト キャベツの和え物 みそ汁 メロン 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉のスタミナ焼き チンゲン菜のサラダ 中華スープ グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ミートスパゲティ 大学芋風 バナナ
材料	<ul style="list-style-type: none"> ▼白米 ▼アジ 酒 醤油 みりん しょうが 白ごま ▼冬瓜 グリンピース 醤油 みりん 砂糖 酒 天然だし(昆布・かつお) ▼いんげん 人参 かつお節 マヨドレ 醤油 みりん 砂糖 天然だし(昆布・かつお) ▼油揚げ キャベツ 麩 みそ 天然だし(昆布・かつお) ▼オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ▼白米 ▼豚肉 厚揚げ 人参 玉ねぎ 醤油 砂糖 みりん 酒 天然だし(昆布・かつお) ▼太もやし ツナ 小松菜 パン酢 醤油 砂糖 ▼玉ねぎ しめじ 人参 醤油 みりん 酒 塩 天然だし(昆布・かつお) ▼バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ▼白米 豚肉 玉ねぎ かぼちゃ なす 人参 ビーマン カレールウ ケチャップ ソース 油 ▼プレーンヨーグルト 砂糖 みかん缶 黄桃缶 パイン缶 	<ul style="list-style-type: none"> ▼白米 ▼鶏肉 醤油 みりん 砂糖 酒 片栗粉 ▼じゃが芋 油 塩 ▼キャベツ コーン 醤油 みりん 砂糖 天然だし(昆布・かつお) ▼木綿豆腐 わかめ 大根 みそ 天然だし(昆布・かつお) ▼メロン 	<ul style="list-style-type: none"> ▼白米 ▼豚肉 人参 玉ねぎ ビーマン 焼肉のだれ 塩コショウ 油 にんにく ▼チンゲン菜 人参 酢 醤油 砂糖 塩コショウ 油 ▼太もやし 玉ねぎ 椎茸 中華だし 醤油 みりん 酒 ごま油 塩 ショウタン ▼グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ▼スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 ホールトマト ケチャップ コンソメ 砂糖 塩コショウ 油 ▼さつま芋 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 油 白ごま ▼バナナ
アレルギーA						
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 レモンパンケーキ (手作り) 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 塩焼きそば (手作り) 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 パウムクーヘン 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 手作りオレンジゼリー たべっこどうぶつ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 お茶漬け風おにぎり (手作り) 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ビスコ ぱりんこ
栄養価	熱量 616kcal 蛋白 25.8g 脂質 18.5g	熱量 548kcal 蛋白 23.9g 脂質 13.6g	熱量 636kcal 蛋白 19.1g 脂質 20.5g	熱量 654kcal 蛋白 24.0g 脂質 21.5g	熱量 573kcal 蛋白 21.7g 脂質 15.7g	熱量 571kcal 蛋白 18.2g 脂質 17.3g
	4 (月)	5・19 (火)	6・20 (水)	7 (木)	8・22 (金)	9・23 (土)
献立	<ul style="list-style-type: none"> とうきびめし チキン南蛮風 ほうれん草のり和え ざぶ汁 グレープフルーツ 《宮崎県 郷土料理》 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉のトマト煮込み ブロッコリーとチーズのサラダ コンソメスープ すいか 	<ul style="list-style-type: none"> 麻婆豆腐丼 春雨サラダ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ★七夕散らし サバの塩焼き いんげんの生姜醤油和え にゅうめん オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉の甘酢ソテー カリフラワーの和え物 みそ汁 パイン缶 	<ul style="list-style-type: none"> 冷やし中華 金平ごぼう バナナ
アレルギーA						
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 アップルパイ風 (手作り) 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 セサミトースト (手作り) 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 牛乳ケーキ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 手作りきらきらカルビスゼリー エースコイン 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 いももちチーズ (手作り) 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 薄焼きサラダ ココナッツサブレ
栄養価	熱量 666kcal 蛋白 23.1g 脂質 26.8g	熱量 587kcal 蛋白 22.9g 脂質 21.3g	熱量 649kcal 蛋白 23.0g 脂質 18.0g	熱量 656kcal 蛋白 22.1g 脂質 19.8g	熱量 589kcal 蛋白 23.8g 脂質 19.9g	熱量 527kcal 蛋白 18.7g 脂質 13.3g

21日はお誕生日メニューです (玄関ボードにて掲示しています。)
 *仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。
 *★印はアレルギー・アレルギー除去食対象です。
 *アレルギーB.Cは別紙メニューになります。