令和６年７月　　献　立　予　定　表　　バンビ保育園梅島園

日	曜日	昼食 間食	食材 血や肉を作るもの(赤)	熱や力となるもの(黄)	体の調子をよくするもの(緑)	その他 調味料等
1 29	月	カレーピラフ グリーンサラダ チキンスープ　果物 牛乳/こぎつねそうめん	ハム 鶏肉 牛乳/油揚げ	米,油 白砂糖,油 /そうめん,三温糖	玉葱,人参,ニンニク,ピーマン キャベツ,胡瓜,人参 青菜,玉葱　果物 /葱	醤油,塩,カレー粉 塩,酢 醤油,塩,かつお節,ローリエ /みりん,醤油,塩,かつお節,出し昆布
2 30	火	ご飯 魚の照り焼き ごま和え みそ汁　果物 牛乳/キャロットケーキ	 魚 みそ 牛乳/無調整豆乳	米 白砂糖,白ごま /小麦粉,白砂糖,油	 キャベツ,人参,もやし 青菜,玉葱　果物 /人参	 酒,みりん,醤油 醤油 かつお節 /ベーキングパウダー
3 17	水	ご飯 豚肉のガーリック焼き 小松菜の磯風お浸し みそ汁　果物 牛乳/ピザトースト	 豚肉 干しひじき,かつお節 みそ 牛乳/ベーコン,豆乳チーズ	米 白砂糖,油 玉ふ /食パン,油	 玉葱,ニンニク 人参,小松菜 玉葱,葉葱　果物 /玉葱,ピーマン	 酒,醤油,塩 醤油,かつお節 かつお節 /ケチャップ,塩
16 31	火 水	プルコギ丼 中華サラダ わかめスープ　果物 牛乳/クッキー	豚肉 ハム わかめ 牛乳/	米,ごま油,白砂糖 ごま油,白砂糖 ごま油,白ごま /小麦粉,白砂糖,バター	ニンニク,玉葱,もやし,人参,ピーマン キャベツ,胡瓜,人参 葱　果物 /	酒,塩,醤油,みりん 酢,醤油,塩 かつお節,塩,醤油 /
4 18	木	食パン 鶏肉のトマトマリネかけ　やさいの日 野菜スープ　果物 牛乳/切干大根ごはん	 鶏肉 ベーコン 牛乳/油揚げ	食パン 白砂糖,油 /米,三温糖,油	 胡瓜,玉葱,トマト,レモン果汁 青菜,玉葱,人参,ぶなしめじ　果物 /切干大根,人参	 酒,塩,酢 醤油,塩,かつお節,ローリエ /醤油
5	金	✿七夕メニュー✿ お星さまうどん おくらサラダ　果物 牛乳/キラキラゼリー/せんべい	 鶏肉 ツナ 牛乳//	 干しうどん,三温糖 白砂糖,ごま油 /白砂糖/せんべい	 青菜,玉葱,人参,葱 胡瓜,人参,もやし,おくら　果物 /パイン缶詰,りんごジュース,粉寒天/	 みりん,醤油,塩,かつお節,出し昆布 塩,酢 //
19	金	夏祭りメニュー 焼きそば フライドポテト 具だくさんスープ　果物 牛乳/金魚すくいゼリー/せんべい	 豚肉,青のり わかめ,厚揚げ 牛乳//	 中華麺,油 油,じゃが芋 /白砂糖/せんべい	 キャベツ,人参,もやし 大根,人参,玉葱　果物 //りんごジュース,ぶどうジュース,粉寒天	 中濃ソース,塩,ウスターソース,醤油,酒 醤油,塩,かつお節 //
6 20	土	そぼろ丼 キャベツのゆかり和え みそ汁　果物 牛乳/菜めしおにぎり	豚肉 油揚げ,みそ 牛乳/	米,三温糖,油 /米	玉葱,人参 キャベツ,胡瓜,人参,ゆかり 玉葱　果物 /菜飯ふりかけ	醤油 塩 かつお節 /
8 22	月	ご飯 鶏じゃが けんちんみそ汁　果物 牛乳/黒砂糖わらびもち風/せんべい	 鶏肉 油揚げ,みそ 牛乳/きな粉/	米 じゃが芋,三温糖,油 ごま油 /片栗粉,黒砂糖,白砂糖/せんべい	 白滝,グリンピース冷,玉葱,人参 ごぼう,大根,人参,葉葱　果物 //	 酒,醤油,かつお節 かつお節 //
9 23	火	ハヤシライス フレンチサラダ もやしのスープ　果物 牛乳/ジャムサンド	豚肉 鶏肉 牛乳/	小麦粉,米,小麦粉,白砂糖,油,バター 白砂糖,油 /食パン,いちごジャム	玉葱,トマト缶,人参,ニンニク,マッシュルーム キャベツ,胡瓜,人参,干しぶどう チンゲン菜,人参,もやし　果物 /	中濃ソース,塩,ケチャップ,ローリエ 塩,酢 醤油,塩,かつお節 /
10	水	お誕生日会メニュー しょうゆラーメン 春雨チキンサラダ　果物 牛乳/ココアケーキ	 なると,豚肉 鶏肉 牛乳/無調整豆乳,生クリーム	 中華麺,ごま油 春雨,白砂糖,ごま油 /小麦粉,白砂糖,油	 青菜,コーン冷,葱 胡瓜,人参 /みかん缶,パイン缶	 醤油,塩,かつお節,出し昆布, 塩,酢 /ココア,ベーキングパウダー
24	水	ご飯 鶏肉のごま焼き 野菜のおかか和え みそ汁　果物 牛乳/オレンジゼリー/クラッカー	 鶏肉 かつお節 生揚げ,みそ 牛乳//	米 白砂糖,白ごま /白砂糖/クラッカー	 青菜,人参,もやし 南瓜,玉葱　果物 /オレンジジュース,みかん缶詰,粉寒天/	 酒,醤油 醤油,かつお節 かつお節 //
11 25	木	食パン 魚のオーロラソースがけ コロコロ胡瓜と人参甘煮 ウインナースープ　果物 牛乳/とうもろこし/せんべい	 魚 ウインナー 牛乳//	食パン 片栗粉,白砂糖,油 三温糖 じゃが芋 //せんべい	 胡瓜,人参 青菜,玉葱　果物 /とうもろこし/	 酒,ウスターソース,塩,ケチャップ 塩,マヨドレ 醤油,塩,かつお節,ローリエ //
12 26	金	ジャージャー麺 中華和え きのこと豆腐のスープ　果物 牛乳/わかめおにぎり	豚肉,みそ,赤みそ 豆腐 牛乳/わかめふりかけ	中華麺,片栗粉,白砂糖,ごま油,油 白砂糖,ごま油 /米	胡瓜,生姜,葱 キャベツ,人参,もやし 玉葱,にら,しめじ　果物 /	酒,醤油 醤油,酢,塩 酒,醤油,塩,かつお節 /
13 27	土	焼肉丼 甘酢和え みそ汁　果物 牛乳/塩こんぶおにぎり	豚肉 油揚げ,みそ 牛乳/塩昆布	米,片栗粉,油,白ごま 白砂糖 /米,ごま油	青菜,生姜,玉葱,ニンニク キャベツ,人参 なす,葱　果物 /	酒,みりん,醤油,塩,かつお節 塩,酢 かつお節 /

今月の平均栄養価　乳児：エネルギー508kcal　たんぱく質23.1ｇ　脂質15.7ｇ　食塩相当量1.5ｇ　※乳児は毎日９：30に牛乳を７０cc飲んでいます。
幼児：エネルギー582kcal　たんぱく質26.0ｇ　脂質16.2ｇ　食塩相当量1.8ｇ

○今月の使用予定果物：バナナ・メロン・すいか・カンキツ属（みかん缶など）（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）
○献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。
○献立表の食材を確認し、家庭で食べたことがない食品がありましたら、事前に担任までお知らせください。
ぞうぐみの誕生月の子のリクエストメニューを取り入れています。＜10日(水)お誕生日会メニュー＞