



7月 給食献立(乳児・幼児食)

平成29年度 池上わかばこども園

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	土	牛乳 ハッピーターン	豚肉の生姜焼き并 味噌汁		牛乳 ぱりんこ ニコニコゼリー	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ・キャベツ 人参・しょうが 大根・しめじ ねぎ	米・三温糖 なたね油 ぱりんこ ニコニコゼリー
3	月	牛乳 たべっ子ベイビー	散らし寿司 インゲンのごま和え 七タそうめん汁		牛乳 七タゼリー 星たべよ	高野豆腐 錦糸玉子 ツナ 牛乳	干し椎茸・きゅうり 人参・インゲン コーン みつば	米・三温糖 ごま・そうめん 七タデザート 星たべよ
4	火	牛乳 ハイハイタッチ	ご飯 さわらの煮つけ ブロッコリーのごま味噌和え すまし汁		牛乳 かぼちゃの芋餅風	さわら 白味噌 豆腐 牛乳	しょうが・ブロッコリー 人参・ほうれん草 玉ねぎ・なめこ みつば・かぼちゃ	米・三温糖 ごま 片栗粉 有塩バター
5	水	牛乳 オレンジ	ご飯 鶏のレモン風味焼き 切干大根の煮物 味噌汁		牛乳 黒糖揚げパン	鶏肉 揚げ 味噌 牛乳	レモン・切干大根 人参・干し椎茸 グリーンピース・白菜 ごぼう・ねぎ	米・三温糖 なたね油・ドッグパン 植物油 黒砂糖
6	木	牛乳 星たべよ	ご飯 豆腐のチャンプルー 春雨ときゅうりの甘酢和え 中華スープ		牛乳 ポップコーン(マーガリン)	鶏卵 豆腐 豚肉 牛乳	にら・もやし 人参・きゅうり チンゲン菜・しめじ 玉ねぎ・オクラ	米・ごま油 春雨・三温糖 ポップコーン・なたね油 マーガリン
7	金	牛乳 満月ポン	ジャージャー麺 じゃが芋の煮物 りんご		お茶 ごま塩おにぎり	豚ミンチ 味噌	にんにく・玉ねぎ キャベツ・人参 グリーンピース・りんご のり	うどん なたね油・三温糖 片栗粉・じゃが芋 米・ごま
8	土	牛乳 ハッピーターン	チャーハン 野菜スープ		牛乳 バナナ ぼたぼた焼き	ウインナー 牛乳	玉ねぎ・人参 コーン・ほうれん草 しめじ バナナ	米 なたね油 ごま油 ぼたぼた焼
10	月	牛乳 星たべよ	てりやき并 きゅうりの和え物 味噌汁		牛乳 ジャム蒸しパン	鶏肉 味噌 牛乳	インゲン・のり きゅうり・人参 ほうれん草・玉ねぎ なめこ・ねぎ	米・三温糖 ごま・小麦粉 なたね油・おつゆ麩 いちごジャム
11	火	牛乳 バナナ	ご飯 豚のごまだれ焼き 小松菜のツナ和え 味噌汁		牛乳 オレンジポンチ	豚肉 ツナ 味噌 牛乳	玉ねぎ・小松菜 人参・白菜 大根・なめこ わかめ・みかん缶	米・ごま 三温糖 寒天 オレンジジュース
12	水	牛乳 ぱりんこ	ロールパン タイカレー キャベツのサラダ 青りんごゼリー		お茶 昆布おにぎり ゆで枝豆	鶏肉 豆乳	玉ねぎ・パプリカ・なす たけのこ・グリーンピース りんご・キャベツ・人参 コーン・塩昆布・枝豆	ロールパン カレールー・カレー粉 なたね油・三温糖 青りんごゼリー・米
13	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 あじの南蛮漬け(郷土料理) 青梗菜の和え物 味噌汁		牛乳 メープルシュガートースト	あじ 揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 ピーマン・パプリカ チンゲン菜・コーン もやし・しめじ・わかめ	米・小麦粉・片栗粉 なたね油・三温糖 じゃが芋・食パン メープルシロップ・マーガリン
14	金	牛乳 満月ポン	冷麺 なすの煮物 オレンジ		牛乳 雪の宿 ミックスラムネ	ハム 牛乳	コーン・きゅうり 干し椎茸・トマト なす・グリーンピース オレンジ	中華そば・三温糖 ごま油 雪の宿 ラムネ
15	土	牛乳 ハッピーターン	鶏そぼろ并 味噌汁		牛乳 バナナ おさつどき	鶏ミンチ 味噌 牛乳	玉ねぎ・ほうれん草 人参・なめこ ねぎ バナナ	米・三温糖 片栗粉・なたね油 さつまいも おさつどき
18	火	牛乳 りんご	ウインナーピラフ 豆菜サラダ コンソメスープ		牛乳 ピーチマフィン	ウインナー・大豆 ツナ・牛乳 スキムミルク 鶏卵	玉ねぎ・人参・コーン グリーンピース・小松菜 かぼちゃ・ブロッコリー パセリ・黄桃缶	米・なたね油 マヨネーズ・有塩バター 三温糖 小麦粉

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
19	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 ツナと豆腐のつくね焼き かぼちやの煮物 味噌汁		牛乳 ぶどう ぼたぼた焼き	ツナ・豆腐 鶏卵 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参・干し椎茸 しょうが・ケチャップ・かぼちや グリーンピース・白菜・もやし ごぼう・ねぎ・デラウェア	米・パン粉 ウスターソース・なたね油 三温糖 ぼたぼた焼
20	木	牛乳 たべっ子ベイビー	和風スパゲッティ 夏野菜サラダ コンソメスープ		お茶 梅ごまおにぎり	鶏肉 ベーコン	水菜・しめじ・玉ねぎ のり・きゅうり・トマト コーン・キャベツ・ブロッコリー 人参・パセリ・梅干し	スパゲティ なたね油・有塩バター 三温糖・じゃが芋 米・ごま
21	金	牛乳 満月ポン	ご飯 白身魚の照り焼き 小松菜のポン酢和え 味噌汁		牛乳 ☆ボイルコーン	ホキ 揚げ 味噌 牛乳	小松菜・人参 大根・えのき わかめ とうもろこし	米 三温糖 ポン酢
24	月	牛乳 星たべよ	マーボー丼 華風きゅうり 春雨スープ		牛乳 じゃが芋のバター焼き	豆腐 豚ミンチ 味噌 牛乳	しょうが・にんにく 玉ねぎ・人参 ねぎ・きゅうり わかめ	米・なたね油・ごま油 片栗粉・ごま 三温糖・春雨 じゃが芋・有塩バター
25	火	牛乳 ぱりんこ	ご飯 鶏肉と冬瓜のさっぱり煮 白菜のゆかり和え 味噌汁		牛乳 ごまクッキー	鶏肉・味噌 牛乳 スキムミルク 鶏卵	冬瓜・グリーンピース 人参・しめじ・白菜 しその香・ごぼう・もやし 玉ねぎ・えのき・わかめ	米・三温糖 小麦粉 無塩バター ごま
26	水	牛乳 オレンジ	ご飯 さわらのみそ焼き 青梗菜のごま和え かき玉汁		牛乳 ココアプリン	さわら 白味噌 鶏卵 牛乳・ホイップ	チンゲン菜・人参 玉ねぎ しめじ みつば	米・三温糖 ごま ココア プリンミックス
27	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 豚肉の彩り炒め インゲンのかつお和え 味噌汁		牛乳 パウンドケーキ	豚肉 かつお節 豆腐・味噌 牛乳・鶏卵	玉ねぎ・キャベツ ピーマン・パプリカ インゲン・人参 ごぼう・ねぎ	米・ごま油 三温糖・片栗粉 小麦粉・有塩バター グラニュー糖
28	金	牛乳 満月ポン	ぶっかけうどん 茄子のそぼろ煮 バナナ		牛乳 すいかポンチ	色板 鶏ミンチ 牛乳	トマト・わかめ ねぎ・なす 人参・バナナ・すいか みかん缶・黄桃缶・キウイ	うどん・天かす 追いがつおつゆ・三温糖 片栗粉 寒天
29	土	牛乳 ハッピーターン	中華丼 わかめスープ		牛乳 バナナ ぱりんこ	豚肉 牛乳	玉ねぎ・人参 白菜・わかめ コーン・にら バナナ	米 なたね油 片栗粉 ぱりんこ
31	月	牛乳 星たべよ	ハヤシライス インゲンのサラダ 桃ゼリー		牛乳 わらびもち	牛肉 牛乳 きな粉	玉ねぎ・人参 トマト缶・ケチャップ インゲン コーン	米・じゃが芋 なたね油・ハヤシフレーク 三温糖・桃ゼリー わらび餅粉・黒砂糖

☆ 七夕 … 7月7日 ☆

○七夕は本来、旧暦7月7日の行事で五節供の1つですが、現在においては新暦の7月7日に行っています。6日の夕方に笹竹などの飾りつけをし、7日の朝に川や海に流します。これを「七夕流し」あるいは「七夕送り」と呼んでいます。七夕というと、牽牛星(けんぎゅうせい)と織女星(しょくじょせい)が年に一度天の川を挟んで会うというロマンティックな説話が思い浮かびます。この星祭りの行事は中国から日本へ伝わってきました。また、日本には古くから麦の収穫祭である7月の祖霊祭がありました。これが結びついたのが今の七夕行事です。

