

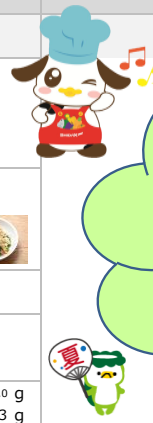
献立種類：●幼児食

年月日：2024年7月1日(月)～2024年7月31日(水)

献立表

認定こども園 龍谷幼稚園

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
屋 食	ごはん ・魚の照り焼き ・高野と切干大根の煮物 ・みそ汁	★おたんじょう日★ ・ナポリタン ☆星のハンバーグ ・カラフルマリネ ・すいか ・コンスープ	・マーボーなす丼 ・チンゲン菜のナムル ・バナナ ・わかめスープ	ごはん ・鶏肉のレモンから揚げ ・ツナとモロヘイヤの和え物 ・みそ汁	●○食育企画運動●○ ★たなばた★ ☆天の川そうめん ・かぼちゃミート焼き(チーズ) ☆すいか杏仁ポンチ	ごはん ・鶏のごまみそ焼き ・キャベツのり和え ・すまし汁
あ や っ	・マシュマロドロップクッキー ・牛乳	・プリンアラモード ・牛乳	・豆乳きなごプリン ・牛乳	・ジャムサンド ・牛乳	・七夕のお菓子：素餅(サクベイ) ・牛乳	・袋菓子 ・牛乳
	I1補* 520 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 18.6 g 食塩 1.5 g	I1補* 491 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 18.6 g 食塩 1.3 g	I1補* 500 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 14.9 g 食塩 1.7 g	I1補* 602 kcal 蛋白質 41.5 g 脂質 34.5 g 食塩 3.1 g	I1補* 494 kcal 蛋白質 38.1 g 脂質 25.9 g 食塩 4.5 g	I1補* 438 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 17.0 g 食塩 1.3 g
屋 食	ごはん ・肉団子甘酢あん ・はるさめサラダ(ハム) ・オクラのみそ汁	・冷やし中華(ごま) ・厚揚げとチンゲン菜の炒めもの ・バナッパル	●○食育企画運動●○ ・モグちゃんの実やさいカレー ・キャベツサラダ ・バナナヨーグルト	ごはん ・魚の煮付け ・ブロッコリーじゃが芋炒め ・みそ汁	・2種のパン ・チキンラタトゥイユ ・マカロニサラダ ・とうがんスープ	・チャーハン ・ねぎ塩焼きにく ・オレンジ ・中華スープ
あ や っ	・かぼちゃのあべかわ ・牛乳	・菜めしおにぎり ・牛乳	・きらきらレモンの2色ゼリー ・牛乳	・スティックトースト ・牛乳	・豆腐ドーナツ ・牛乳	・袋菓子 ・牛乳
	I1補* 499 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 12.7 g 食塩 1.5 g	I1補* 527 kcal 蛋白質 24.1 g 脂質 10.3 g 食塩 2.5 g	I1補* 511 kcal 蛋白質 30.4 g 脂質 25.8 g 食塩 2.6 g	I1補* 500 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 17.1 g 食塩 1.6 g	I1補* 537 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 22.5 g 食塩 2.0 g	I1補* 484 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 15.4 g 食塩 1.7 g
屋 食	海の目	ごはん ・豚肉の生姜焼き ・ひじきのごまサラダ ・みそ汁	ごはん ・鶏ととうがん煮 ・じゃがチーズ焼き ・みそ汁	ごはん ・豚しゃぶごまだれ ・油揚げとじゃが芋煮 ・いんげんのみそ汁	●○食育企画運動●○ 一句の野菜を知ろう とうもろこし ・豚丼 ・キャベツのゆかり和え ・バナナ ・みそ汁	ごはん ・照り焼きチキン ・ピーマンステーキ ・みそ汁
あ や っ		・豆乳かぼちゃもち ・牛乳	・きなこトースト ・牛乳	・キャラメルお麩ラスク ・牛乳	・茹でとうもろこし ・牛乳	・袋菓子 ・牛乳
		I1補* 550 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 22.1 g 食塩 1.8 g	I1補* 1100 kcal 蛋白質 38.8 g 脂質 33.5 g 食塩 3.7 g	I1補* 491 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 18.6 g 食塩 1.3 g	I1補* 587 kcal 蛋白質 26.4 g 脂質 16.7 g 食塩 1.5 g	I1補* 481 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 14.9 g 食塩 1.5 g
屋 食	・ジャージャーうどん ・ブロッコリーの中華和え ・バナッパル ・すまし汁	ごはん ・タンドリーチキン ・ツナトマトサラダ ・ころころスープ	★土用の丑の日★ ・うなぎの柳川丼 ・もやしのかん布和え ・バナナ ・みそ汁	ごはん ・魚の南蛮漬け ・かぼちゃの煮物 ・とうがんのみそ汁	★今月の郷土料理★ 一世界編 ・バターライス ☆フランス：ドープ風鶏煮込み ・フレンチサラダ(チーズ) ・オレンジ	ごはん ・豆腐チャンプル ・わかめのごまサラダ ・みそ汁
あ や っ	・わかめおにぎり ・牛乳	・チーズドッグ ・牛乳	・ザクザククッキー ・牛乳	・パンと豆乳のゼリー ・牛乳	・フレンチトースト ・牛乳	・袋菓子 ・牛乳
	I1補* 529 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 15.3 g 食塩 1.7 g	I1補* 515 kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 19.7 g 食塩 1.4 g	I1補* 638 kcal 蛋白質 35.3 g 脂質 29.0 g 食塩 2.3 g	I1補* 472 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 12.2 g 食塩 1.5 g	I1補* 570 kcal 蛋白質 41.8 g 脂質 36.3 g 食塩 3.7 g	I1補* 526 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 13.0 g 食塩 1.4 g
屋 食	●彩りメニュー● テーマ：流れ星 ・ごはん ◇魚のカレーフリッター ・ベーコンと冬瓜の煮物 ・なすのみそ汁	ごはん ・カラフルチャブチ ・ツナじゃが ・バナナ ・あおさスープ	ごはん ・鶏肉の南部(ごま)焼き ・炒り豆腐 ・モロヘイヤのみそ汁			
あ や っ	・マカロニきなこ ・牛乳	・にんじんヨーグルトケーキ ・牛乳	・フライドポテト ・牛乳			
	I1補* 560 kcal 蛋白質 31.1 g 脂質 21.6 g 食塩 1.8 g	I1補* 543 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 13.8 g 食塩 1.6 g	I1補* 523 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 23.6 g 食塩 1.3 g			



7月のテーマは七夕です。
5日、天の川そうめん。おやつは素餅(サクベイ)という七夕に食べられていたおかしです。
お誕生日メニューはお星さまのハンバーグがあったり、29日、流れ星をテーマに魚のカレーフリッターを飾り付けします。
旬の夏野菜は、10日、もぐちゃんの夏野菜カレー、19日のおやつにゆでとうもろこし。スイカもあるよ。
土用の丑の日は、24日です。うなぎの柳川丼を食べて元気もりもりにしましょう。
そして、今月の郷土料理は、フランスです。
ドープ風鶏煮込みや、フレンチサラダ
おやつはフレンチトースト。

