2024年7月

松島こども園　給食予定献立表

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き：主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	おやつ(午後)：献立	材料
1	月	ごはん 豚肉とじゃが芋の旨煮 大根の酢の物 オレンジ みそ汁	豚肉 ちくわ 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・グリンピース 大根・人参・きゅうり オレンジ 白菜・万能ねぎ	米(国産) じゃが芋・砂糖 砂糖	だし・醤油・みりん風調味料・料理酒 酢・醤油 だし	パウンドケーキ	ホットケーキミックス・バター 砂糖・卵
2	火	ごはん 魚の竜田揚げ ブロッコリーの中華和え みかん缶 みそ汁	さば さつま揚げ 赤みそ・白みそ	しょうが ブロッコリー・人参 みかん(缶詰) 大根・キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・でん粉・油 調合ごま油	醤油・料理酒 醤油・みりん風調味料 だし	麩のシュガースティック	おつゆ麩・油 砂糖
3	水	ごはん 鶏肉ときのこの甘酢炒め さつま芋のバター焼き バナナ すまし汁	鶏肉 豆腐	干ししいたけ・えのきたけ・玉ねぎ・人参・ピーマン バナナ 玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 さつま芋・バター	料理酒・味塩こしょう・酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし だし・醤油・塩	きなこトースト	食パン・マーガリン・きな粉 砂糖・塩
4	木	辛くないジャージャー麺 ササミと白菜のゆかり和え 黄桃缶	牛豚ひき肉・赤みそ 鶏ささみ	玉ねぎ・人参・しょうが・コーン・小松菜 白菜・人参 黄桃(缶詰)	ラーメン・油・砂糖	味塩こしょう ゆかり	切干大根のおにぎり	米(国産)・切干大根・人参 砂糖・醤油
5	金	【七夕メニュー】 七夕カレーピラフ 照焼ミニチキン 茹で野菜 バナナ 彩りすまし汁	ウインナー 鶏肉	玉ねぎ・人参・コーン・オクラ ブロッコリー バナナ 万能ねぎ	米(国産)・バター 砂糖・油 そうめん・しそそうめん・抹茶そうめん	カレーパウダー・コンソメ・塩・こしょう 醤油・みりん風調味料 青じそドレッシング(ノンオイル) だし・醤油・塩	お楽しみクッキー	小麦粉・きな粉・砂糖 バター・卵
6	土	肉豆腐丼 キャベツのサラダ オレンジ すまし汁	豚肉・豆腐	白菜・人参・さやいんげん キャベツ・人参 オレンジ 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・糸こんにゃく(白滝)・砂糖 玉ねぎドレッシング おつゆ麩	醤油・みりん風調味料・和風だし だし・醤油・塩	ぱたぱた焼	ぱたぱた焼き
8	月	ごはん 魚の塩焼 ひじきの煮物 オレンジ みそ汁	さば さつま揚げ 油揚げ・赤みそ・白みそ	ひじき・大根・人参・さやいんげん オレンジ 白菜・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 油 砂糖	塩 醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし だし	彩りフルーツポンチ	杏仁風デザート・パイン(缶詰) 白桃(缶詰)・みかん(缶詰) 牛乳
9	火	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め 三色ナムル パイン缶 中華スープ	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン・赤パプリカ・しょうが 大根・きゅうり・人参・にんにく パイン(缶詰) 白菜・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 油・砂糖 白ごま・砂糖・調合ごま油 緑豆春雨	醤油・みりん風調味料 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	スイートパンプキン	かぼちゃ・バター・砂糖 牛乳・卵・黒ごま
10	水	【お弁当日】					サーターアンダギー	サーターアンダギーミックス・砂糖・卵 牛乳・油
11	木	ごはん 魚のチーズ照焼き 豚肉とゴーヤのチャンプルー バナナ もずくスープ	メルルーサ・ミックスチーズ 豚肉・かつお節	にがうり・人参・万能ねぎ バナナ もずく・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 油・調合ごま油	醤油・みりん風調味料 醤油・塩 醤油・料理酒・和風だし・塩	バナナマフィン	ホットケーキミックス・卵・牛乳 砂糖・バナナ・レモン果汁
12	金	ナポリタンスパゲティ みかん缶 野菜たっぷりスープ	ウインナー	玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく・ドライパセリ みかん(缶詰) かぼちゃ・キャベツ・もやし・ドライパセリ	スパゲティ・油・小麦粉・砂糖	料理酒・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩 コンソメ	味噌おにぎり	米(国産)・豚肉・赤みそ 醤油・砂糖
13	土	ねぎ塩豚丼 ササミと大根のサラダ オレンジ みそ汁	豚肉 鶏ささみ 赤みそ・白みそ	[illegible] 大根・人参 オレンジ 白菜・万能ねぎ	米(国産)・調合ごま油・白ごま 砂糖 じゃが芋	塩・料理酒 青じそドレッシング(ノンオイル) だし	豆乳ウエハース	豆乳ウエハース
16	火	ごはん 魚のバター醤油焼き 野菜の納豆和え 黄桃缶 みそ汁	メルルーサ 納豆 油揚げ・赤みそ・白みそ	オクラ・人参 黄桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・バター・醤油	塩 醤油 だし	フルーツヨーグルト	パイン(缶詰)・みかん(缶詰) ヨーグルト・砂糖
17	水	ごはん 厚揚げ豆腐と鶏肉の卵とじ さつま芋の中華衣揚げ バナナ みそ汁	生揚げ・鶏肉・卵 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・小松菜 バナナ キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 油・砂糖 さつま芋・小麦粉・でん粉・調合ごま油・油 おつゆ麩	だし・醤油・みりん風調味料・料理酒 中華だし だし	スコーン	ホットケーキミックス・砂糖・バター 卵・牛乳・いちごジャム
18	木	ハヤシライス 切干大根サラダ オレンジ	牛肉	玉ねぎ・人参・グリンピース 切干大根・人参・きゅうり・コーン オレンジ	米(国産)・油 ごまドレッシング	ハヤシフレーク・トマトケチャップ・コンソメ・味塩こしょう	シークァーサーケーキ	ホットケーキミックス・ヨーグルト・シークァーサー・バター 砂糖・卵・バニラエッセンス
19	金	【お誕生日会】 牛肉とコーンのペッパーライス風 ミニローストチキン 茹で野菜 お楽しみデザート 具だくさんトマトスープ	牛肉 鶏肉	コーン・人参・グリンピース・にんにく にんにく ブロッコリー 大根・白菜・ドライパセリ	米(国産)・バター 油 カラフルプチケーキ(ショコラ) じゃが芋	醤油・みりん風調味料・料理酒 塩・醤油・料理酒 青じそドレッシング(ノンオイル) トマトコンソメ	ココア揚げパン	コッペパン・油 グラニュー糖・ミルクココア(粉)
20	土	焼そば オレンジ すまし汁	豚肉 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ オレンジ 玉ねぎ・白菜・わかめ・万能ねぎ	ちゃんぽん麺・油	中濃ソース・とんかつソース だし・醤油・塩	せんべい	星型せんべい
22	月	ごはん 筑前煮 ソーセージとオクラのサラダ パイン缶 みそ汁	鶏肉 フィッシュソーセージ 油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・干ししいたけ・さやいんげん オクラ・コーン パイン(缶詰) 白菜・万能ねぎ	米(国産) 黒こんにゃく・油・砂糖 砂糖	だし・醤油・みりん風調味料 青じそドレッシング(ノンオイル) だし	もずくのひらやーちー	もずく・人参・ちくわ・ニラ・小麦粉 卵・牛乳・塩・油
23	火	ごはん 魚の花園焼き ゴーヤーンブシー 白桃缶 すまし汁	メルルーサ 豆腐・赤みそ	赤パプリカ・黄パプリカ・ピーマン にがうり・人参 白桃(缶詰) 玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ	米(国産) マヨネーズ・油 砂糖 そうめん	塩・味塩こしょう みりん風調味料・だし だし・醤油・塩	大学芋	さつま芋・油 砂糖・黒ごま
24	水	ごはん 鶏肉の塩唐揚げ ブロッコリーのごま和え バナナ コンソメスープ	鶏肉	ブロッコリー・コーン・人参 バナナ 大根・キャベツ・ドライパセリ	米(国産) 砂糖・でん粉・油 白ごま	塩・料理酒・中華だし 醤油・みりん風調味料 コンソメ	いちごババロア	いちごババロアの素・牛乳 いちごジャム
25	木	肉うどん ツナとキャベツのサラダ みかん缶	牛肉 ツナフレーク	玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ キャベツ・人参 みかん(缶詰)	うどん・砂糖 玉ねぎドレッシング	醤油・みりん風調味料・料理酒・白だし	炒飯おにぎり	米(国産)・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・コーン グリンピース・油・中華だし・味塩こしょう・醤油
26	金	ごはん 魚の焼南蛮 クーブイリチー バナナ すまし汁	メルルーサ 豚肉・かまぼこ	玉ねぎ・人参・ピーマン 細切昆布・人参 バナナ 大根・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・砂糖・調合ごま油 つきこんにゃく・油・砂糖	酢・醤油 醤油・みりん風調味料・だし だし・醤油・塩	ピザトースト	食パン・トマトケチャップ・ウインナー 玉ねぎ・ピーマン・ミックスチーズ
27	土	もずく丼 ササミと白菜のサラダ オレンジ 中華スープ	豚肉 鶏ささみ	もずく・ピーマン・コーン・人参・しょうが 白菜・ほうれん草・人参 オレンジ 玉ねぎ・わかめ	米(国産)・調合ごま油・砂糖・でん粉 玉ねぎドレッシング	醤油・みりん風調味料 中華だし・醤油・塩	五穀ビスケット	五穀ビスケット
29	月	ごはん 魚の黒糖味噌焼き キャベツのごま和え 黄桃缶 すまし汁	メルルーサ・赤みそ・白みそ 豆腐	キャベツ・コーン・人参 黄桃(缶詰) わかめ	米(国産) 黒砂糖・油 白ごま	料理酒・みりん風調味料 醤油・みりん風調味料 だし・醤油・塩	揚げじゃがのり塩味	じゃが芋・あおさのり 塩・油
30	火	木の葉丼 拌三絲 パイン缶 みそ汁	生揚げ・かまぼこ・卵 フィッシュソーセージ 油揚げ・赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・えのきたけ・干ししいたけ きゅうり・人参 パイン(缶詰) 白菜・万能ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖・白ごま	醤油・みりん風調味料・和風だし 酢・醤油 だし	ごまちんすこう	紅芋粉・小麦粉・砂糖 油・塩
31	水	沖縄野菜そば ササミとオクラのゆかり和え バナナ	豚肉 鶏ささみ	キャベツ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ オクラ・人参 バナナ	沖縄そば	だし・沖縄そばだし ゆかり	コーンおにぎり	米(国産)・コーン 醤油・コンソメ

★献立の一部を変更することもあります
★松島こども園では昼食に牛乳を提供しています。

一富士フードサービス(株)