



# 7月献立表

令和3年7月1日 社会福祉法人三心会 豊間根保育園

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ アレルギー児対応食	献立名	アレルギー対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児対応食
1	木	牛乳 ビスコ		鶏肉のさっぱり焼き・スパゲッティ・ソーテー・トマト・豆腐味噌汁 バナナ		牛乳 チョコポッキー	
2	金	牛乳・アンパン マンビスケット		青のり白身魚フライ・レンコンサラダ・ゆかり和え 高野豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳 ★ちくわパン	
3	土	ヨーグルト		タコライス・100%りんごジュース・バナナ		麦茶・ハッピーターン	
4	日						
5	月	牛乳 とんがりコーン		鯖のカレー焼き(タラ)・さつま芋天ぷら・きゅうりと竹輪の和え なめこ汁・オレンジ		牛乳 歌舞伎揚げ	
6	火	牛乳 えびせん		麻婆豆腐・中華サラダ・海女ちゃん揚げ・野菜スープ・バナナ		麦茶 ★焼きそば	
7	水	牛乳・アンパン ビスケット		とり天・かぼちゃ煮・きゅうりの中華和え・七夕そうめん・スイカ		★七夕ゼリー (りんご・ぶどう)	
8	木	牛乳 ハーベスト		夏野菜カレー・チーズチキンナゲット・春雨サラダ・若布スープ オレンジ		牛乳 ばかうけせんべい	
9	金	牛乳 おっとと		豚の味噌焼き・しょうゆフレンチ・トマト・豆腐すまし汁 グレープフルーツ(りんご)		牛乳 いちごポッキー	
10	土	ヨーグルト		スパゲッティ・スープ・バナナ 夏まつり		麦茶・源氏パイ	
11	日						
12	月	牛乳 とんがりコーン		チキンカツ・ジャーマンポテト・板かま和え・大根味噌汁 グレープフルーツ(オレンジ)		麦茶 ★鮭おにぎり	
13	火	牛乳 ベジ食べる		茄子ミートグラタン・コーンサラダ・トマト・若布味噌汁・バナナ		牛乳 ★ホイップサンド	
14	水	牛乳 ビスコ		鯖の南部焼き・スパゲッティサラダ・五目大豆煮 味噌汁・オレンジ		牛乳 ★パウンドケーキ	
15	木	牛乳 動物ビスケット		鶏のさっぱり煮・マカロニサラダ・かぼちゃ煮・厚揚げ味噌汁 グレープフルーツ(オレンジ)		マスカットジョア ハッピーターン	
16	金	牛乳 サッポロポテト		鯖のごま味噌焼き大根フレンチ・さつま芋煮 豆腐味噌汁・バナナ		牛乳 サラダせんべい	
17	土	ヨーグルト		ハヤシライス・スープ・バナナ		麦茶・星食べよ	
18	日						
19	月	牛乳 サブレ		鶏のから揚げ・千切り野菜の炒め煮 ブロッコリーのおかか和え・大根味噌汁・バナナ		牛乳 ★りんごケーキ	
20	火	牛乳 えびせん		鯖の中華あんかけ・さつま芋のレモン煮・トマト・キャベツ味噌汁 オレンジ		牛乳 源氏パイ	
21	水	牛乳 おっとと		チキンライス・ハンバーグ・グリーンサラダ・フライドポテト スープ・スイカ (誕生会)		★オレンジゼリー	
22	木			海の日			
23	金			スポーツの日			
24	土	ヨーグルト		冷やし中華・100%ジュース・バナナ		麦茶ばかうけせんい	
25	日						
26	月	牛乳 えびせん		豚のねぎだれ焼き・春雨ソーテー・トマト・もやし味噌汁 バナナ		牛乳 ★ジャムロール	
27	火	牛乳 ビスコ		ミートボール・スパゲッティサラダ・枝豆・厚揚げ味噌汁 オレンジ		牛乳 ★お好み焼き	
28	水	牛乳 サブレ		鯖のチーズ焼き・ハムサラダ・添えブロッコリー・豆腐味噌汁・ バナナ		ヨーグルト 揚一番せんべい	
29	木	牛乳 動物ビスケット		鶏肉の甘辛煮・レンコンきんぴら・トマト 豆腐味噌汁・グレープフルーツ(りんご)		牛乳 ★きな粉かりんとう	
30	金	牛乳 サッポロポテト		鯖のレモン焼き・キャベツのごまサラダ・切り干し大根煮 高野豆腐味噌汁・オレンジ		マスカットジョア 歌舞伎揚げ	
31	土	ヨーグルト		中華丼・スープ・バナナ		麦茶・ハッピーターン	

7月平均摂取エネルギー(以上児:570kcal・未満児:497kcal) ※ご家庭での食事において変化等がありましたらお知らせ下さい。

※おやつは市販品・手作り共にアルゲンフリーの物を提供します ※( )内は未満児(0・1・2歳児)に提供する予定です。

<世界の料理と"いただきます"のあいさつ> キリシャの料理 茄子ミートグラタン あいさつ ポリカラ

<岩手一周給食> 奥州市、おいしいりんごが沢山とれます。名産品のりんごを使ってりんごケーキを予定しています。

