

7月 給食予定献立表

2021年 青い鳥学園
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			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	木	牛乳 たべっこベイビー	ご飯 回鍋肉 春雨サラダ わかめスープ	牛乳 フライドポテト	豚肉・味噌 鶏がらだし 牛乳 コンソメ	キャベツ・ピーマン 人参・玉ねぎ しょうが・きゅうり わかめ・パセリ	米・なたね油・しょうゆ 上白糖・ごま油 片栗粉・春雨・ごま カットポテト・植物油	
2	金	牛乳 マンナウエハース	ハヤシライス ポテトサラダ オレンジ	お茶 ジャムヨーグルト	牛肉 コンソメ 牛乳 ヨーグルト	マッシュルーム 玉ねぎ・人参 トマトホール缶・ケチャップ グリーンピース・オレンジ	米・なたね油・ウスターソース ビーフシチュールー・ハヤシフレーク じゃが芋・エッグケア いちごジャム・コーンフレーク・上白糖	
3	土	牛乳 星たべよ	チャーハン ほうれん草のナムル 中華スープ	牛乳 ハッピーターン	豚ミンチ 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン ほうれん草 しめじ・にら	米・なたね油 しょうゆ・ごま 上白糖・ごま油 ハッピーターン	
5	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 鶏のマーマレード焼き かぼちゃのソテー コンソメスープ	牛乳 メープル蒸しパン	鶏肉 コンソメ ベーコン 牛乳	ブロッコリー かぼちゃ エリンギ・玉ねぎ 人参・パセリ	米・しょうゆ・マーマレード 有塩バター・上白糖 ホットケーキミックス なたね油・メープルシロップ	
6	火	牛乳 マンナビスケット	さわらの西京焼き キャベツの昆布和え 大根のすまし汁	牛乳 ふのラスク	さわら 白味噌 牛乳	インゲン キャベツ・人参 塩昆布・大根 玉ねぎ・みつば	米・みりん 上白糖・なたね油 しょうゆ おつゆ麩・有塩バター	
7	水	牛乳 お野菜ビスケット	☆七夕☆ ちらしごはん 星のコロッケ 冷やしそめん ハネジューメロン	牛乳 七夕ゼリー	高野豆腐 鮭フレーク かまぼこ 牛乳	干し椎茸・きゅうり 人参・絹さや ケチャップ アスパラ・オクラ ハネジューメロン	米・しょうゆ・上白糖 星のコロッケ 植物油・そうめん みりん・寒天 ぶどうジュース・オレンジジュース	
8	木	牛乳 たべっこベイビー	ご飯 白身魚のバター醤油焼き ブロッコリーのおかか和え 白菜の味噌汁	牛乳 バナナケーキ	ホキ かつお節 揚げ・味噌 牛乳・鶏卵	アスパラ ブロッコリー 人参・白菜 ねぎ・バナナ	米・しょうゆ みりん 無塩バター・上白糖 小麦粉・なたね油	
9	金	牛乳 マンナウエハース	ロールパン ミートスパゲティ ポパイサラダ 豆乳スープ	お茶 たまきおにぎり	合挽きミンチ ウインナー 豆乳・牛乳 鶏がらだし	玉ねぎ・人参・ケチャップ トマトホール缶・グリーンピース ほうれん草・パプリカ・白菜 コーン・パセリ・ねぎ	ロールパン・スパゲティ・なたね油 ウスターソース・和風ドレッシング じゃが芋・米・天かす しょうゆ・みりん・ごま油・ごま	
10	土	牛乳 星たべよ	わかめご飯 焼きそば さつま芋の味噌汁	牛乳 味しらべ	豚肉 味噌 牛乳	わかめ御飯(鮭) キャベツ 玉ねぎ 人参・ねぎ	米・焼きそば なたね油 焼きそばソース さつま芋・味しらべ	
12	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 さばの竜田揚げ 切干大根のごまサラダ わかめの味噌汁	牛乳 プリン	さば 揚げ 味噌 牛乳	しょうが・ブロッコリー 切干大根 きゅうり・人参 パプリカ・わかめ・玉ねぎ	米・しょうゆ 片栗粉・植物油 ごまだれ プリンミックス	
13	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 韓国風やきとり 小松菜のじゃこ和え 中華スープ	牛乳 パイナップル	鶏肉 ちりめんじゃこ 鶏がらだし 牛乳	しょうが・にんにく のり・アスパラ 小松菜・人参・もやし 玉ねぎ・にら・パイン	米・しょうゆ 上白糖 みりん ごま油・ごま	
14	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 豚肉のりんごソース煮 マカロニサラダ コンソメスープ	牛乳 ホットケーキ	豚肉・味噌 コンソメ・牛乳 鶏卵 ホイップ	玉ねぎ・しょうが アスパラ ミックスベジタブル 人参・パセリ	米・アップルジュース・しょうゆ マカロニ・エッグケア ホットケーキミックス メープルシロップ	
15	木	牛乳 たべっこベイビー	菜飯 冷やし中華 キャベツのレモン和え みかん缶	牛乳 ジャムクラッカーサンド	焼き豚 鶏がらだし 牛乳	菜めしの素 わかめ・きゅうり トマト・キャベツ 人参・レモン果汁・みかん缶	米・中華そば・上白糖 しょうゆ・ごま油 ルヴァンクラッカー いちごジャム	
16	金	牛乳 マンナウエハース	焼肉丼 ブロッコリーのサラダ なめこの味噌汁	牛乳 スイートポテト	牛肉 味噌 牛乳	しょうが・玉ねぎ ピーマン・人参 ブロッコリー コーン・なめこ・ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・ごま油 なたね油・和風ドレッシング さつま芋・有塩バター	
17	土	牛乳 星たべよ	ウインナーピラフ ポテトマッシュ コンソメスープ	牛乳 サラダせんべい	ウインナー コンソメ ベーコン 牛乳	玉ねぎ・人参 マッシュルーム パセリ グリーンピース・ほうれん草	米 なたね油 じゃが芋 サラダせん	
19	月	牛乳 サッポロポテト	枝豆とじゃこの炊き込みご飯 白身魚の煮付け インゲンのかにかま和え 麩の味噌汁	牛乳 フルーツポンチ	ちりめんじゃこ カレイ かにかま 味噌・牛乳	枝豆・人参 しょうが・レンコン インゲン・玉ねぎ ねぎ・みかん缶・白桃缶	米 しょうゆ・みりん 上白糖・片栗粉 おつゆ麩・寒天	
20	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 棒棒鶏風 海藻サラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 とうもろこし	鶏肉 鶏がらだし 牛乳	きゅうり・キャベツ わかめ・海藻ミックス 人参・チンゲン菜 椎茸・玉ねぎ・とうもろこし	米・ごまだれ 春雨 しょうゆ 上白糖	
21	水	牛乳 お野菜ビスケット	ポークカレー 豆菜サラダ りんご	牛乳 ココアのパウンドケーキ	豚肉 大豆 牛乳 鶏卵	玉ねぎ・人参 ケチャップ グリーンピース・小松菜 パプリカ・りんご	米・じゃが芋・なたね油・カレールー ウスターソース・カレー粉 和風ドレッシング・小麦粉 上白糖・有塩バター・ココア	
22	木	海の日 						
23	金	スポーツの日 						
24	土	牛乳 星たべよ	牛丼 アスパラのおかか和え ごぼうの味噌汁	牛乳 マリービスケット	牛肉 かつお節 揚げ・味噌 牛乳	玉ねぎ ねぎ・人参 アスパラ ごぼう	米・上白糖 みりん しょうゆ マリービスケット	
26	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 さわらの幽庵焼き ブロッコリーの和え物 麩の味噌汁	牛乳 カルピス寒天	さわら 味噌 牛乳 カルピス	きざみ生ゆず・レモン果汁 インゲン・ブロッコリー 人参・玉ねぎ わかめ・黄桃缶	米・しょうゆ みりん 上白糖 おつゆ麩・寒天	
27	火	牛乳 マンナビスケット	《郷土料理 群馬県》 ご飯 ソースかつ 小松菜の和え物 こしね汁	お茶 舞茸ご飯おにぎり	豚肉 チャンポンスライス 豆腐 味噌 牛乳・揚げ	ケチャップ・キャベツ 小松菜 大根・ごぼう 椎茸・ねぎ まいたけ・人参	米・小麦粉 パン粉・なたね油 ウスターソース・上白糖 しょうゆ・こんにゃく みりん	
28	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 つくねの甘酢照り焼き 白菜のおかか和え もやしの味噌汁	牛乳 バタークッキー	鶏ミンチ 豆腐・かつお節 揚げ・味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 ミックスベジタブル 白菜 もやし・ねぎ	米・片栗粉 しょうゆ・なたね油 上白糖 小麦粉・有塩バター	
29	木	牛乳 たべっこベイビー	ゆかりご飯 冷やしきつねうどん かぼちゃの煮物 バナナ	お茶 フルーチェ	揚げ かまぼこ 牛乳	しその香・人参 わかめ・ねぎ かぼちゃ グリーンピース・バナナ	米・細うどん しょうゆ・みりん 上白糖 フルーチェ(イチゴ)	
30	金	牛乳 マンナウエハース	ご飯 豚肉のねぎ塩炒め 大根サラダ ほうれん草のスープ	牛乳 すいか	豚肉 鶏がらだし 鶏卵 牛乳	玉ねぎ・白ねぎ レモン果汁・大根 人参・水菜 ほうれん草・すいか	米 ごま 片栗粉 和風ドレッシング	
31	土	牛乳 星たべよ	和風あんかけ丼 インゲンのごま和え さつま芋の味噌汁	牛乳 きな粉餅せんべい	鶏ミンチ 揚げ 味噌 牛乳	白菜 玉ねぎ 人参・椎茸 インゲン・ねぎ	米・しょうゆ みりん・片栗粉 ごま・上白糖 さつま芋・きな粉餅	

※ 鉄分強化の為、毎週火曜・木曜日に鉄を強化した低脂肪乳を3時のおやつで提供させていただきます。



Handwritten scribbles and marks.