

# 山手幼稚園 2020年 7月 給食便り

寒暖差も落ち着き、外遊びが楽しい時期になりました。  
待ってました！とばかりに元気に園庭で遊ぶこどもたちの声が給食室まで届いています。  
幼稚園での生活にも少しづつ慣れてきた頃でしょうか？

まだはじまったばかりの幼稚園でのお給食。  
なるべく食べやすいメニューを選んで献立を考えました。  
みんなで楽しく食べるお給食を通して、食べることがだいすきになって頂けたらと思います♪

## < 献立表 >

	月	火	水 1	木 2	金 3
昼食	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; background-color: #fff9c4;"> <p style="text-align: center;"><b>アレルギー対応表示食品</b></p> <p style="text-align: center;">たまご、乳、甲殻類、ごま トマト、バナナ、魚（だし以外すべて） 肉類（豚、牛、鶏、ウインナー、ハム）</p>  </div>		<p>■ごはん 米 ■とり肉とあつあげの煮物 とりにく あつあげ たまねぎ はくさい にんじん えだまめ だしパック さとう 濃口しょうゆ ■フロッコリーのちりめん和え フロッコリー にんじん ちりめん 淡口しょうゆ さとう ■ぶどうゼリー 加アゼリーの素（ぶどう） ■かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ カリフラワー しめじ 混合削りぶし みそ</p>	<p>■ごはん 米 ■白身魚のつけ焼き ホキ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ■こまつなのおかか和え こまつな にんじん コーン かつおぶし さとう 淡口しょうゆ ■こちや豆腐の煮物 高野とうふ たまねぎ しいたけ だしパック さとう 淡口しょうゆ グリーンピース ■だいごのみそ汁 だいご おくら カットわかめ 混合削りぶし みそ</p>	<p>■*おだんじょう会* ■米粉のハヤシライス 米 きゅうにく たまねぎ にんじん ★中濃ソース ケチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン ★米粉のハヤシルウ ★ピジョン ■ポテトサラダ じゃがいも きゅうり ★ポークウインナー マーガリン ★卵不使用マヨネーズ ★ピジョン ハゼリ缶 ■いちご菓天 ストロベリー 加アゼリーの素（いちご） かんてん さとう</p>
アレルギー対応			肉類）鶏肉は入れない 甲殻類・魚類）ちりめんは入れない	魚類）鶏肉に変更 魚類）かつおぶしは入れない	肉類）牛肉は入れない 肉類）ウインナーは入れない
3時			■わかめおにぎり 米 わかめご飯の素	■焼きビーフン ビーフン きゃべつ あぶらあげ ピーマン しお 濃口しょうゆ ★とりがらスープ キャノーラ油	■コーンピラフおにぎり 米 コーン さとう ★ピジョン マーガリン
アレルギー対応			アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
			1人分 - 507kcal 蛋白質 18.9g 脂質 8.6g 加鈣 150mg 鉄 3.1mg 食塩 1.5g	1人分 - 356kcal 蛋白質 19.5g 脂質 5.2g 加鈣 139mg 鉄 2.2mg 食塩 1.8g	1人分 - 601kcal 蛋白質 11.5g 脂質 18.5g 加鈣 28mg 鉄 1.4mg 食塩 2.6g

### \* 献立のマークについて \*

★：アレルギー対応用の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。  
※その他のアレルギーに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルギーフリーカレーウ …… 27品目のアレルギーが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 27品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ポークウインナー …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・豚肉ハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・ピジョン …… 27品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 27品目のアレルギーが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 27品目のアレルギーが使用されていません。
- ・さつまあげ、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー





	月 6	火 7	水 8	木 9	金 10
風食	<b>■*おたんじょう会*</b> <b>■ケチャップライス</b> 米 ミックスベジタブル とりにく にんにく マーガリン しお 濃口しょうゆ ★フイヨン ケチャップ <b>■ミートボール</b> <b>★ミートボール</b> <b>■ソース</b> ケチャップ ウスターソース さとう <b>■いんげんのぼん酢サラダ</b> さやいんげん 黄パプリカ さとう レモン果汁 濃口しょうゆ <b>■和風カレースープ</b> じゃがいも ビーマン <b>★ポークウインナー</b> 混合削りぶし しお 濃口しょうゆ ★ルルが ソリ-カレールウ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■さばの塩焼き</b> さば りょうり酒 しお <b>■くずし豆腐</b> 木綿とうふ にんじん しょうが にんにく キャノーラ油 しお こしょう 赤だしみそ みそ <b>■きゅうりの昆布和え</b> きゅうり 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ 塩こんぶ <b>■ピーマンのにゅうめん汁</b> ピーマン あぶらあげ だいにん おくら みそ 混合削りぶし	<b>■ごはん</b> 米 <b>■マーボー豆腐</b> 木綿とうふ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャノーラ油 しお こしょう 赤だしみそ みそ <b>★とりがらスープ</b> さとう 濃口しょうゆ 切干だいこん つな缶 青ねぎ <b>■ブロッコリーのごま和え</b> ブロッコリー えのき 黄パプリカ さとう 濃口しょうゆ 白ごま ごま油 <b>■あおりんごとものゼリー</b> かアゼリーの素 (青りんご) もも缶 <b>■さつまいものみぞ汁</b> さつまいも <b>★さつまあげ</b> きぬさや 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■コーンフレックチキン</b> とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう コーンフレック <b>■ほろれん草のおかか和え</b> ほろれん草 もやし コーン <b>かつおぶし</b> さとう 濃口しょうゆ <b>■切干だいこんのツナ煮◆</b> 切干だいこん ツナ缶 <b>★ちくわ</b> えだまめ だしパック さとう 濃口しょうゆ <b>■とうふとわかめのみぞ汁</b> とうふ カットわかめ たまねぎ 混合削りぶし みそ	<b>■*おたんじょう会*</b> <b>■米粉のポークカレー</b> 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 ★フイヨン さとう ★ルルが ソリ-カレールウ <b>■おくらサクフレックサラダ</b> おくら <b>■サクフレック</b> しめじ 濃口しょうゆ さとう <b>■蒸え</b> ポテト <b>■オレンジゼリー</b> かアゼリーの素 (ルルが) みかん缶
3時	<b>■ひじきおにぎり</b> 米 ひじき にんじん きぬさや 濃口しょうゆ みりん風 さとう	<b>■焼きポテト</b> フレンチポテト しお パセリ缶	<b>■米粉のいちごケーキ</b> いちごジャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー	<b>■キャラットライスおにぎり</b> 米 にんじん ★フイヨン 濃口しょうゆ さとう マーガリン	<b>■ココロ焼きこうちや</b> 高野とうふ マーガリン さとう
	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
	I1材 - 423kcal 蛋白質 12.6g 脂質 6.9g 加鈣 81mg 鉄 6mg 食塩 2.2g	I1材 - 454kcal 蛋白質 17.7g 脂質 17.8g 加鈣 76mg 鉄 1.8mg 食塩 1.4g	I1材 - 529kcal 蛋白質 16.7g 脂質 11.4g 加鈣 115mg 鉄 2.1mg 食塩 1.7g	I1材 - 520kcal 蛋白質 19.9g 脂質 10.4g 加鈣 81mg 鉄 2.1mg 食塩 2g	I1材 - 487kcal 蛋白質 14.1g 脂質 13.6g 加鈣 72mg 鉄 1.9mg 食塩 2.2g

	13	14	15	16	17
風食	<b>■*おたんじょう会*</b> <b>■焼肉ピラフ</b> 米 にんにく マーガリン ミックスベジタブル しお 濃口しょうゆ ★フイヨン <b>■トッピング</b> <b>きゅうりにく</b> たまねぎ きぬさや 赤パプリカ キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 みりん風 しょうが にんにく ごま油 白ごま <b>■きゅうりのサラダ</b> きゅうり きゅうり きゅうり 黄パプリカ さとう 濃口しょうゆ <b>■ぶどうゼリー</b> かアゼリーの素 (ぶどう) <b>■わかめスープ</b> カットわかめ とうふ もやし ★とりがらスープ 濃口しょうゆ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■とり肉の豆乳煮</b> <b>とりにく</b> たまねぎ はくさい さつまいも にんじん グリーンピース しめじ キャノーラ油 とうにゅう ★フイヨン さとう 濃口しょうゆ みそ こしょう かたくり粉 <b>■ごまつなのちりめん和え</b> ごまつな コーン <b>ちりめん</b> 濃口しょうゆ さとう <b>■ピーチゼリー</b> かアゼリーの素 (ピーチ) <b>■おくらと油あげのみぞ汁</b> おくら あぶらあげ えのき 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■さわらのみぞ焼き</b> <b>さわら</b> りょうり酒 しょうが さとう みそ 水 <b>■きゅうりのぼん酢和え</b> きゅうり カットわかめ 黄パプリカ さとう レモン果汁 濃口しょうゆ <b>■ひじきの煮物</b> ひじき だしず水煮 にんじん えだまめ だしパック さとう 濃口しょうゆ <b>■すまし汁</b> だいにん ほろれん草 <b>★さつまあげ</b> 混合削りぶし しお 濃口しょうゆ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■牛肉のチャプチェ</b> <b>きゅうりにく</b> はるさめ たまねぎ もやし さやいんげん にんじん しょうが にんにく キャノーラ油 りょうり酒 さとう みりん風 濃口しょうゆ <b>★とりがらスープ</b> 白ごま ごま油 <b>■はくさいの濃和え</b> はくさい にんじん コーン さとう 濃口しょうゆ <b>■ブロッコリーのおかか和え</b> ブロッコリー しめじ <b>かつおぶし</b> さとう 濃口しょうゆ <b>■中華スープ</b> あつあげ ごぼう カットわかめ <b>★とりがらスープ</b> 濃口しょうゆ	<b>■米粉のハヤシライス</b> 米 <b>きゅうりにく</b> たまねぎ にんじん ★中濃ソース ケチャップ ケチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン ★米粉のハヤシルウ ★フイヨン <b>■かぼちゃサラダ</b> かぼちゃ ミックスベジタブル <b>★ポークウインナー</b> マーガリン ★卵不使用マヨネーズ ★フイヨン パセリ缶 <b>■フルーツ雑煮</b> ミックスフルーツ缶 かんてん さとう
3時	<b>■米粉のブルーベリーケーキ</b> ブルーベリージャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー	<b>■薯蓣ポテト (のりしお)</b> ポテト しお 青のり	<b>■フォーのナポリタン風</b> フォー たまねぎ ビーマン コーン キャノーラ油 こしょう 濃口しょうゆ ケチャップ さとう	<b>■米粉のにんじんケーキ</b> にんじん こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー	<b>■こんぶおにぎり◆</b> 米 塩こんぶ
	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
	I1材 - 508kcal 蛋白質 11.3g 脂質 15.1g 加鈣 56mg 鉄 1.4mg 食塩 1.6g	I1材 - 450kcal 蛋白質 14.9g 脂質 11.2g 加鈣 153mg 鉄 2.7mg 食塩 1.7g	I1材 - 350kcal 蛋白質 16g 脂質 6.4g 加鈣 65mg 鉄 1.6mg 食塩 1.5g	I1材 - 478kcal 蛋白質 12.6g 脂質 13.9g 加鈣 112mg 鉄 1.8mg 食塩 1g	I1材 - 613kcal 蛋白質 12.1g 脂質 18.3g 加鈣 32mg 鉄 1.5mg 食塩 2.5g





	月 20	火 21	水 22	木 23	金 24
	<b>■わかめチリメンごはん</b> 米 ちりめん わかめご飯の素 <b>■てりやきハンバーグ</b> <b>★とうふハンバーグ</b> <b>■てりやきソース</b> だしパック さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 <b>■おくらの和え物</b> おくら <b>★さつまあげ</b> えのき さとう 濃口しょうゆ <b>■とん汁</b> <b>ふたにく</b> さつまいも こぼろ 青ねぎ 混合削りぶし しお 濃口しょうゆ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■とり肉のマーマレード焼き</b> とりにく しお マーマレード さとう りょうり酒 濃口しょうゆ <b>■ごまつなのさけ和え</b> <b>サケフレーク</b> さとう 濃口しょうゆ <b>■ピーマンのナポリタン風</b> ピーマン たまねぎ ビーマン コーン <b>★ポークウィンナー</b> キャノーラ油 こしょう 濃口しょうゆ ケチャップ さとう <b>■あつあげとだいごんのみそ汁</b> あつあげ だいごん きゃべつ にんじん 混合削りぶし みそ	<b>■米粉のひき肉カレー</b> 米 <b>鶏ひき肉</b> じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 <b>★フイヨン</b> さとう <b>★別がツナカレー</b> <b>■フロッコリーのツナサラダ</b> フロッコリー <b>ツナ缶</b> 黄パプリカ さとう しお <b>■もも巻天</b> もも巻 かんてん さとう	<b>■*海の日*</b> 	<b>■*スポーツの日*</b>
	甲殻類・魚類) ちりめんは入れない 肉類) じゃがいものおやきに変更 魚類) さつまあげは入れない 肉類) 豚肉は入れない	肉類) さばに変更 魚類) サケフレークは入れない 肉類) ウィンナーは入れない	肉類) 鶏肉は入れない 魚類) ツナは入れない		
3時	<b>■米粉のりんごケーキ</b> りんご こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー	<b>■ひじきおにぎり</b> 米 ひじき にんじん きぬさや 濃口しょうゆ みりん風 さとう	<b>■米粉のさつまいもケーキ</b> さつまいも こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー		
	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません		
	1膳 - 523kcal 蛋白質 21.4g 脂質 13.4g 加ゆみ 130mg 鉄 2.7mg 食塩 2.3g	1膳 - 530kcal 蛋白質 20.1g 脂質 12g 加ゆみ 116mg 鉄 2.3mg 食塩 1.6g	1膳 - 496kcal 蛋白質 14g 脂質 9g 加ゆみ 60mg 鉄 1.6mg 食塩 2.1g		

	27	28	29	30	31
昼食	<b>■ごはん</b> 米 <b>■ぶた肉ととうもろこしの煮物</b> <b>ぶたにく</b> 高野とうふ たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが キャノーラ油 <b>★とりがらスープ</b> 濃口しょうゆ さとう かたくり粉 <b>■ほうれん草の和え物</b> ほうれん草 コーン <b>★ポークウィンナー</b> さとう 濃口しょうゆ <b>■ピーチゼリー</b> カフェーの素(ビ-チ) <b>■かぼちゃとはくさいのみそ汁</b> かぼちゃ はくさい とうふ 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■とり肉のみそ焼き</b> <b>とりにく</b> しょうが さとう 濃口しょうゆ りょうり酒 みそ <b>■おくらのちりめん和え</b> おくら <b>黄パプリカ</b> <b>ちりめん</b> 濃口しょうゆ さとう <b>■ごんにゃくとごぼうの煮物</b> 糸こんにゃく こぼろ たまねぎ にんじん さとう 濃口しょうゆ りょうり酒 みりん風 だしパック 青ねぎ <b>■すまし汁</b> だいごん つきコンニャク みずな 混合削りぶし しお 濃口しょうゆ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■牛肉の甘辛炒め</b> <b>ぎゅうにく</b> たまねぎ もやし にんじん さやいんげん キャノーラ油 だしパック さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 <b>■ごまつなのおなか和え</b> ごまつな えのき コーン <b>かつおぶし</b> さとう 濃口しょうゆ <b>■焼きポテト</b> フレンチポテト しお <b>■あつあげのみそ汁</b> あつあげ カリフラワー カットわかめ 混合削りぶし みそ	<b>■米粉のチキンカレー</b> 米 <b>とりにく</b> じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 <b>★フイヨン</b> さとう <b>★別がツナカレー</b> <b>■主パペツのサラダ</b> <b>■(人参ドレッシング)</b> <b>■和え) ドレッシング</b> にんじん 黄パプリカ ゼラレドレッシング 濃口しょうゆ さとう <b>■添え)</b> フロッコリー 濃口しょうゆ さとう <b>■みかん巻天</b> みかん缶 かんてん さとう	<b>■*終業式*</b> <b>■(預かり保育)</b> <b>■鞋チャージ</b> 米 ミックスベジタブル <b>サケフレーク</b> <b>★とりがらスープ</b> 濃口しょうゆ みりん風 しお マーガリン キャノーラ油 こしょう <b>■いんげんの和え物</b> さやいんげん しめじ さとう 濃口しょうゆ <b>■ポテトサラダ</b> じゃがいも きゅうり <b>★ポークウィンナー</b> マーガリン <b>★卵不使用マヨネーズ</b> <b>★フイヨン</b> <b>■はるさめスープ</b> はるさめ ごまつな にんじん <b>★とりがらスープ</b> 濃口しょうゆ
	肉類) 豚肉は入れない 肉類) ウィンナーは入れない	肉類) さばに変更 甲殻類・魚類) ちりめんは入れない	肉類) 牛肉は入れない 魚類) かつおぶしは入れない	肉類) 鶏肉は入れない	魚類) サケフレークは入れない 肉類) ウィンナーは入れない
3時	<b>■じゃがいものマヨコーン焼き</b> じゃがいも コーン <b>★卵不使用マヨネーズ</b> かたくり粉 <b>★フイヨン</b> パセリ缶	<b>■米粉のいちごケーキ</b> いちごジャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー	<b>■炊き込みおにぎり</b> 米 ごぼう にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ <b>★和風だし顆粒</b>	<b>■コロコロ焼きごうや</b> 高野とうふ マーガリン さとう	<b>■米粉のりんごケーキ</b> りんご こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 パーキングパウダー
	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
	1膳 - 435kcal 蛋白質 18.2g 脂質 10g 加ゆみ 104mg 鉄 2.1mg 食塩 1.7g	1膳 - 456kcal 蛋白質 16.5g 脂質 8.8g 加ゆみ 111mg 鉄 1.8mg 食塩 1.6g	1膳 - 480kcal 蛋白質 14.7g 脂質 11.2g 加ゆみ 132mg 鉄 2.7mg 食塩 1.7g	1膳 - 452kcal 蛋白質 12.4g 脂質 12.8g 加ゆみ 70mg 鉄 1.8mg 食塩 2.2g	1膳 - 388kcal 蛋白質 8.7g 脂質 7.9g 加ゆみ 69mg 鉄 1.2mg 食塩 1.9g

