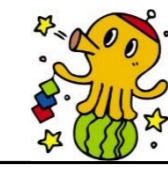




# 令和6年度7月給食献立表



## HP掲載

足利市役所保育課給食

日付	10時	給食	3時	あか からだの血や肉になるもの	きいろ からだの熱や力になるもの	みどり 体の調子をととのえるもの
1(月)	ヨーグルト	ごはん ポークビーンズ 夏のナムル	牛乳 もちもちココアケーキ	ヨーグルト,大豆水煮,豚肉,牛乳,絹豆腐	精白米,じゃがいも,サラダ油,砂糖,ごま油,ごま,米粉	人参,たまねぎ,グリーンピース,マッシュルーム,オクラ,もやし
2(火)	野菜ジュース	ごはん 鶏のさっぱり煮 ほうれん草 高野豆腐と根菜のきんぴら チーズ	オレンジゼリー 菓子	鶏手羽元,高野豆腐,プロセスチーズ,粉寒天	精白米,砂糖,ごま油,ごま,サラダ油,菓子	野菜ジュース,しょうが,にんにく,ほうれん草,れんこん,いんげん,ごぼう,人参,100%オレンジジュース,みかん缶
3(水)	牛乳	コッペパン 魚のトマトソース アスパラ ポテトスープ すいか	水ようかん 菓子 	牛乳,めかじき,ベーコン,こしあん,寒天	コッペパン,オリーブ油,マヨネーズ,じゃがいも,サラダ油,砂糖,菓子	にんにく,たまねぎ,トマト,パセリ,アスパラ,キャベツ,人参,えのきたけ,セロリ,すいか
4(木)	牛乳	ごはん 炒り豆腐 しょうゆフレンチ オレンジ	ヨーグルトミルク 菓子	牛乳,木綿豆腐,豚ひき肉,蒸しかまぼこ,脱脂粉乳,ヨーグルト	精白米,サラダ油,砂糖,菓子	人参,たまねぎ,いんげん,干し椎茸,キャベツ,もやし,オレンジ
5(金)	牛乳	ごはん あじのマリネ 味噌汁	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,あじ,木綿豆腐,油あげ,わかめ,発酵乳	精白米,かたくり粉,サラダ油,砂糖,菓子	きゅうり,たまねぎ,人参,ピーマン,ねぎ
6(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト,牛乳	総菜パン,菓子	
8(月)	野菜ジュース	ごはん ドライカレー トマト フルーツヨーグルトあえ	ココアミルク 菓子	合挽肉,ヨーグルト,脱脂粉乳	精白米,サラダ油,砂糖,菓子	野菜ジュース,ピーマン,レーズン,たまねぎ,人参,トマト100%ジュース,にんにく,しょうが,トマト,バナナ,みかん缶,もも缶,パイン缶
9(火)	ヨーグルト	ごはん マーボーなす 小松菜のレモンあえ	牛乳 ごまホットケーキ	ヨーグルト,豚ひき肉,牛乳,調製豆乳	精白米,砂糖,ごま油,かたくり粉,マヨネーズ,薄力粉,サラダ油,すりごま	なす,人参,たまねぎ,ねぎ,しいたけ,にんにく,しょうが,こまつな,きゅうり,レモン
10(水)	牛乳	食パン ツナのオムレツ トマト 豆乳コーンスープ 桃のコンポート	牛乳 ジャムサンド	牛乳,鶏卵,ツナ,豆乳 	食パン,サラダ油,食パン,ブルーベリージャム	たまねぎ,ピーマン,マッシュルーム,トマト,コーン,クリームコーン缶,ピーチコンポート
11(木)	牛乳	ごはん かじきの照り焼き いんげん かぼちゃのうま煮 バナナ	麦茶 とうもろこし	牛乳,めかじき,鶏ひき肉	精白米,ごま,砂糖,かたくり粉	いんげん,かぼちゃ,バナナ,とうもろこし
12(金)	牛乳	ごはん レバーのケチャップ和え フライドポテト・ブロッコリー ピーマンとベーコンのスープ	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,豚レバー,ベーコン,発酵乳	精白米,かたくり粉,砂糖,サラダ油,フライドポテト,マヨネーズ,菓子	しょうが,ブロッコリー,ピーマン,たまねぎ,トマト
13(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト,牛乳	総菜パン,菓子	
16(火)	野菜ジュース	ごはん 鶏のさっぱり煮 ほうれん草 高野豆腐と根菜のきんぴら チーズ	オレンジゼリー 菓子	鶏手羽元,高野豆腐,プロセスチーズ,粉寒天	精白米,砂糖,ごま油,ごま,サラダ油,菓子	野菜ジュース,しょうが,にんにく,ほうれん草,れんこん,いんげん,ごぼう,人参,100%オレンジジュース,みかん缶
17(水)	牛乳	コッペパン 魚のトマトソース アスパラ ポテトスープ すいか	水ようかん 菓子 	牛乳,めかじき,ベーコン,こしあん,寒天	コッペパン,オリーブ油,マヨネーズ,じゃがいも,サラダ油,砂糖,菓子	にんにく,たまねぎ,トマト,パセリ,アスパラ,キャベツ,人参,えのきたけ,セロリ,すいか
18(木)	牛乳	ごはん 炒り豆腐 しょうゆフレンチ オレンジ	ヨーグルトミルク 菓子	牛乳,木綿豆腐,豚ひき肉,蒸しかまぼこ,脱脂粉乳,ヨーグルト	精白米,サラダ油,砂糖,菓子	人参,たまねぎ,いんげん,干し椎茸,キャベツ,もやし,オレンジ
19(金)	牛乳	ごはん 味噌汁 あじのマリネ	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,あじ,木綿豆腐,油あげ,わかめ,発酵乳	精白米,かたくり粉,サラダ油,砂糖,菓子	きゅうり,たまねぎ,人参,ピーマン,ねぎ
20(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト,牛乳	総菜パン,菓子	
22(月)	野菜ジュース	ごはん ドライカレー トマト フルーツヨーグルトあえ	ココアミルク 菓子	合挽肉,ヨーグルト,脱脂粉乳	精白米,サラダ油,砂糖,菓子	野菜ジュース,ピーマン,レーズン,たまねぎ,人参,トマト100%ジュース,にんにく,しょうが,トマト,バナナ,みかん缶,もも缶,パイン缶
23(火)	ヨーグルト	ごはん マーボーなす 小松菜のレモンあえ	牛乳 ごまホットケーキ	ヨーグルト,豚ひき肉,牛乳,調製豆乳	精白米,砂糖,ごま油,かたくり粉,マヨネーズ,薄力粉,サラダ油,すりごま	なす,人参,たまねぎ,ねぎ,しいたけ,にんにく,しょうが,こまつな,きゅうり,レモン
24(水)	牛乳	食パン ツナのオムレツ トマト 豆乳コーンスープ 桃のコンポート	牛乳 ジャムサンド	牛乳,鶏卵,ツナ,豆乳 	食パン,サラダ油,食パン,ブルーベリージャム	たまねぎ,ピーマン,マッシュルーム,トマト,コーン,クリームコーン缶,ピーチコンポート
25(木)	牛乳	ごはん かじきの照り焼き いんげん かぼちゃのうま煮 バナナ	麦茶 とうもろこし	牛乳,めかじき,鶏ひき肉	精白米,ごま,砂糖,かたくり粉	いんげん,かぼちゃ,バナナ,とうもろこし
26(金)	牛乳	ごはん レバーのケチャップ和え フライドポテト・ブロッコリー ピーマンとベーコンのスープ	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,豚レバー,ベーコン,発酵乳	精白米,かたくり粉,砂糖,サラダ油,フライドポテト,マヨネーズ,菓子	しょうが,ブロッコリー,ピーマン,たまねぎ,トマト
27(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト,牛乳	総菜パン,菓子	
29(月)	ヨーグルト	ごはん ポークビーンズ 夏のナムル 	牛乳 もちもちココアケーキ	ヨーグルト,大豆水煮,豚肉,牛乳,絹豆腐	精白米,じゃがいも,サラダ油,砂糖,ごま油,ごま,米粉	人参,たまねぎ,グリーンピース,マッシュルーム,オクラ,もやし
30(火)	野菜ジュース	ごはん 鶏のさっぱり煮 高野豆腐と根菜のきんぴら チーズ	牛乳 菓子	鶏手羽元,高野豆腐,プロセスチーズ,牛乳	精白米,砂糖,ごま油,ごま,サラダ油,菓子	野菜ジュース,しょうが,にんにく,ほうれん草,れんこん,いんげん,ごぼう,人参
31(水)	牛乳	ごはん 味噌汁 いりどり バナナ	ごへいもち 菓子	牛乳,鶏もも皮なし,木綿豆腐,油揚げ,わかめ	精白米,サラダ油,砂糖,すりごま,菓子	たけのこ水煮,れんこん,人参,しいたけ,ごぼう,スナップえんどう,ねぎ,バナナ

3歳未満児 月平均栄養価 エネルギー 464kcal たんぱく質 19.3g 脂質 14.8g 食塩相当量 1.4g

3歳以上児 月平均栄養価 エネルギー 385kcal たんぱく質 18.6g 脂質 16.4g 食塩相当量 1.5g

※3歳未満児は、10時のおやつと主食も提供されます。保育所では、安全・安定・安心の給食提供に努めています。  
※献立は、都合により変更となる場合があります。ご了承ください。

