

# 7・8月よていこんだて表

令和6年6月28日  
新潟市立西幼稚園

日	献立名	おもに熱や力のもとになる (黄)	おもに血や肉になる (赤)	おもに体の調子を整えるもとになる (緑)
1 月	ごはん	米		
	キャベツのみそしる	じゃがいも	とうふ	キャベツ えのきたけ 長ねぎ
	しししゃもフライ	パン粉 小麦粉 油	しししゃも	
	ひじきのために	さとう 油	油あげ ひじき	にんじん さやいんげん こんにゃく しいたけ
	ぎゅうにゅう		牛乳	
2 火	ごはん	米		
	とうふじる		とうふ	にんじん えのきたけ 長ねぎ
	とりにくあまぜあえ	でんぶん さとう 油	とり肉	
	そくせきづけ	ごま	わかめ	キャベツ きゅうり
	ぎゅうにゅう		牛乳	
3 水	カレーあじごはん(むぎ入り)	米 大麦 油		
	とりにくクリームソース	ルウ 油	とり肉 いんげん豆 牛乳 ベーコン	にんじん たまねぎ とうもろこし しめじ まいたけ
	シャキシャキサラダ	じゃがいも アーモンド 油		にんじん きゅうり
	れいとうみかん			みかん
	ぎゅうにゅう		牛乳	
4 木	ごはん	米		
	なつやさいのたまごとじ	さとう 油	ふた肉 たまご 車ふ	にんじん さやいんげん しょうが なす たまねぎ ごぼう しらたき
	ひじきつくだに	さとう ごま	ツナ ひじき	
	しそあえ			にんじん しそ キャベツ きゅうり
	ぎゅうにゅう		牛乳	
5 金	ごはん	米		
	たなばたじる	はるさめ	ふた肉 なると	にんじん えのきたけ きくらげ
	くるまふのあげに	でんぶん さとう 油	車ふ	
	きりこんぶに	さとう 油	油あげ 打ち豆 さつまあげ こんぶ	にんじん しいたけ こんにゃく
	たなばたゼリー	さとう 水あめ	寒天	レモン ぶどう みかん
8 月	ごはん	米		
	なつやさいじる	じゃがいも	ふた肉 生あげ	にんじん たまねぎ なす
	さばみそに	さとう	さば	しょうが
	アーモンドキャベツ	アーモンド		キャベツ きゅうり
	ぎゅうにゅう		牛乳	
9 火	ごはん	米		
	にくじゃが	じゃがいも さとう 油	ふた肉	にんじん さやいんげん たまねぎ こんにゃく
	てっかみそ	さとう 油	大豆	にんじん ごぼう
	きゅうりあまぜあえ	さとう	わかめ	きゅうり みかん
	ぎゅうにゅう		牛乳	
10 水	ソフトめん	めん		
	ミートソース	ルウ 油	ふた肉 大豆	にんじん トマト たまねぎ グリンピース
	ひじきサラダ	さとう 油 ごま	ひじき	とうもろこし キャベツ きゅうり
	すいか			すいか
	ぎゅうにゅう		牛乳	

日	献立名	おもに熱や力のもとになる (黄)	おもに血や肉になる (赤)	おもに体の調子を整えるもとになる (緑)
11 木	ごはん	米		
	わかめじる		とうふ わかめ	にんじん こまつな えのきたけ 長ねぎ
	コーン入りしゅうまい	でんぶん パン粉 さとう 小麦粉 油	すりみ とうふ	とうもろこし たまねぎ
	ぶたにくピーマンいため	でんぶん 油	ぶた肉	にんじん ピーマン にんにく しょうが たけのこ もやし
	ブルーベリーゼリー	さとう 粉あめ		ブルーベリー
12 金	ぎゅうにゅう		牛乳	
	マーボーどん(むぎ入り)	米 大麦 さとう でんぶん 油	ぶた肉 大豆 とうふ	にんじん にら にんにく しょうが 長ねぎ しいたけ きくらげ たけのこ
	はるさめとわかめのサラダ	はるさめ さとう 油 ごま	わかめ	キャベツ きゅうり
	かんそうござかな	さとう 水あめ	かたくちいわし	
	ぎゅうにゅう		牛乳	
15 月	 <b>海の日</b> 			
16 火	えだまめごはん	米 ごま		えだまめ
	かきたまみそしる		とうふ たまご	にんじん こまつな たまねぎ
	じゃがいもカレーきんぴら	さとう じゃがいも 油	ぶた肉	にんじん さやいんげん ごぼう こんにゃく
17 水	ぎゅうにゅう		牛乳	
	ごはん	米		
	チンゲンサイととうふのスープ		あさり とうふ なると	にんじん チンゲンサイ きくらげ
	とりにくどだいずのごまがらめ	さとう でんぶん 油 ごま	大豆 とり肉	しょうが
	きゅうりあまから			きゅうり
水	アップルシャーベット	さとう		りんご
	ぎゅうにゅう		牛乳	

## 8月

28 水	なつやさいカレーライス(むぎ入り)	米 大麦 じゃがいも ルウ 油	ぶた肉	にんじん トマト にんにく たまねぎ なす とうもろこし えだまめ スズキーニ
	フルーツカクテル			みかん缶 バイン缶 黄桃缶
29 木	ぎゅうにゅう		牛乳	
	しそごはん	米		しそ
	とうふじる	じゃがいも	とうふ 油あげ	にんじん 長ねぎ こまつな
	くるまふとなつやさいのあげに	さとう でんぶん 油	とり肉 車ふ	かぼちゃ なす えだまめ
	れいとうみかん			みかん
30 金	ぎゅうにゅう		牛乳	
	ごはん	米		
	チンゲンサイととうふのスープ		あさり とうふ なると	にんじん チンゲンサイ しめじ きくらげ
	たらとだいのちりソースに	さとう でんぶん 油	たら 大豆	にんじん さやいんげん にんにく しょうが たまねぎ
	きゅうりあまから			きゅうり
ぎゅうにゅう		牛乳		

都合により、献立・使用食品を変更する場合があります。ご了承ください。

