

令和6年7月

新富のぞみ保育園給間食こんだて

指定日	こんだて名	おもな材料のはたらき			
		赤 群	黄 群	緑 群	
		体をつくるものになる	エネルギーのものになる	体の調子をととのえる	
給食	1日、25日	豆乳コーンスープ煮 モロヘイヤのあえもの	鶏肉、無調製豆乳 しらす干し	じゃが芋、油	人参、玉ねぎ、クリームコーン缶 パセリ、モロヘイヤ
	2日、17日	かみなり汁 南瓜煮付、果物	豆腐、豚肉、赤みそ	ごま油、さとう	なす、人参、えのき茸 あさつき、南瓜、果物
	3日、26日	ビーフンソテー スープ	鶏肉、豆腐	ビーフン、油	玉ねぎ、人参、ピーマン しめじ、チンゲン菜、あさつき
	4日、18日	魚のカレー揚げ おひたし、パイン缶	白身魚、花かつお	片栗粉、油	小松菜、人参、もやし パイン缶
	6日、20日	肉みそうどん チーズ	豚挽肉、赤みそ チーズ	干めん、油、さとう	玉ねぎ、人参、しいたけ あさつき
	8日	まぜごはん すまし汁	鶏肉、豆腐、乾燥わかめ	油	人参、しめじ、さやえんどう
	9日、23日	魚の香味炒め じゃが芋の煮物	白身魚	油、じゃが芋、さとう	ねぎ、しょうが、玉ねぎ、人参
	10日、24日	豆腐の五目煮 ソテー	豆腐、豚肉	春雨、油、片栗粉	しょうが、玉ねぎ、人参、しいたけ チンゲン菜、コーン缶、キャベツ
	11日、30日	ツナの卵とじ 酢のもの	ツナ缶、卵 乾燥わかめ	じゃが芋、さとう	人参、玉ねぎ、ほうれん草 きゅうり、みかん缶
	12日、22日	ポークシチュー ドレッシングあえ、パン	豚肉	じゃが芋、油、上新粉 さとう、パン	人参、玉ねぎ コーン缶、キャベツ、きゅうり
	13日、27日	長崎ちゃんぽん風うどん チーズ	豚肉、チーズ	干めん、油	玉ねぎ、人参、小松菜
	16日、29日	とんしゃぶきゅうり 切干大根の炒め煮、果物	豚肉、乾燥わかめ、油揚	さとう、いりごま、ごま油、油	しょうが、きゅうり、もやし 切干大根、人参、果物
	19日	ひじきごはん そうめん汁	ひじき、油揚、焼ちくわ	油、そうめん	人参、コーン缶、しいたけ さやいんげん、冬瓜、オクラ
	31日	豚肉のしょうが炒め 大根の煮物、果物	豚肉、油揚	油、さとう	しょうが、玉ねぎ、人参、キャベツ ピーマン、大根、果物
誕生会 5日	夏野菜のカレー 海藻サラダ、果物	豚挽肉、プレーンヨーグルト 乾燥わかめ	油、上新粉、バター、さとう	玉ねぎ、なす、人参、ピーマン、しょうが にんにく、きゅうり、キャベツ、果物	
間食	1日、25日	梅じそひじきごはん	ひじき	米	梅干 青じそ
	2日、17日	大学芋		さつまいも さとう 油	
	3日、26日	ヨーグルトあえ	プレーンヨーグルト		もも缶 パイン缶 みかん缶
	4日、18日	オレンジゼリー チーズ	チーズ	さとう	100%オレンジジュース
	8日	プリン 菓子		プリン 菓子	
	9日、23日	にんじん蒸しパン		米粉 さとう 油	人参
	10日、24日	わらびもち	きな粉	わらびもち粉 さとう	
	11日、30日	ココアいろいろ		上新粉 さとう	
	12日、22日	鮭おにぎり	サケフレーク 青のり	米	
	16日、29日	小倉パンケーキ	ゆで小豆缶	小麦粉 さとう 油	
	19日、31日	ゆでとうもろこし 菓子		菓子	とうもろこし
	誕生会 5日	アイスクリーム 菓子	アイスクリーム	菓子	

※ こんだては多少変更する場合があります。

※ 太字は主菜に含まれる食品です。