

7月

こんだてよていひょう

2021年

大栄幼稚園
成田市学校給食センター大栄分所

日	曜	献立名			主な材料とその働き						
		主 食	副 食	デザート その他	体をつくる もとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーの もとになる		
					たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質	
1	木		豆コロッケ 夏野菜カレー とうもろこし	 5年生が 皮をむきます。	豆乳　ぶた肉	牛乳 アミノ酸	かぼちゃ ピーマン トマト にんじん	いんげん豆　玉ねぎ なす　とうもろこし	パン粉 小麦粉	油 バター	
2	金	 午前保育のため給食はありません 									
5	月		まつかぜやき とうふとわかめのみそ汁 いそべ和え		とり肉　とうふ 油あげ　みそ	わかめ のり	にんじん こまつな ほうれん草	ねぎ　しいたけ 玉ねぎ　えのきたけ もやし	パン粉 さとう	ごま	
★世界の料理　アメリカ★				アメリカ生まれの料理を給食の献立にしてみました。おいしく食べてくださいね。							
6	火		ミートソース つぶつぶコーンポタージュ コールスローサラダ（ドレッシング）		ぶた肉　大豆 とり肉　豆乳 ツナ	牛乳 チーズ アミノ酸	にんじん トマト　パセリ アロカリ	玉ねぎ　マッシュルーム コーン　キャベツ		油 生クリーム ドレッシング	
 ★たなばた献立★				7月7日は七夕です。天の川に見立てたそうめんを食べたり、笹竹に願いことを書いた短冊をかざったりします。							
7	水		さばのみそに 七夕汁 ほうれん草と玉子のおひたし	七夕ゼリー	さば　魚めん　卵 とり肉　みそ なると　かまぼこ かつお節　とうふ	のり	にんじん おくら ほうれん草	しいたけ　ねぎ もやし	さとう ゼリー	ごま	
8	木		かいせんしゅうまい マーボー豆腐 もやしのナムル（ドレッシング）		いか　えび　みそ かに　とうふ ぶた肉　大豆	わかめ	にんじん にら ほうれん草	玉ねぎ　キャベツ ねぎ　しいたけ もやし	小麦粉 さとう でん粉	ごま油 ドレッシング	
9	金		とり肉のごまつけやき たまねぎのみそ汁 こまつなとねぎのぼんず和え	水まんじゅう	とり肉　とうふ 油あげ　みそ かつお節		ほうれん草 こまつな にんじん	玉ねぎ　ねぎ えのきたけ	じゃがいも 水まんじゅう	ごま	
12	月		ハンバーグデミグラスソース トマトと玉子のスープ かんてんサラダ（ドレッシング）		とり肉　ぶた肉 ベーコン　卵		にんじん トマト アロカリ	玉ねぎ　しめじ レタス　キャベツ きゅうり　コーン	さとう でん粉	油 ドレッシング	
13	火	肉団子と夏野菜 のスパゲティ	ほきタルタルフライ アロカリとかいワラのサラダ（ドレッシング）	 レモン カスタードタルト	ほき　とり肉 ぶた肉	チーズ	パセリ　バジル ピーマン　トマト 赤ピーマン ブロッコリー	玉ねぎ　なす ズッキーニ カリフラワー	パン粉　さとう 小麦粉　タルト スパゲッティ	マヨネーズ 油 オリーブ油 ドレッシング	
14	水		チキンナゲット（2個） ハヤシルウ もやしサラダ		れいとう パイン	とり肉　ぶた肉	牛乳 アミノ酸 のり	にんじん ほうれん草	玉ねぎ　グリルピー マッシュルーム　もやし コーン　パイン	小麦粉 じゃがいも さとう	油 生クリーム

※食材等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

夏野菜を食べよう！

夏が旬の野菜といえばトマト、きゅうり、なす、ピーマン、かぼちゃ、オクラ、えだまめ、とうもろこし、にがうりなどたくさんあります。

夏の日差しをたっぷりと浴びて育った夏野菜は、ビタミンが豊富です。

また、トマト、きゅうり、なすなどには、体を冷やす効果があったり、水分補給にもなったりします。おいしい夏野菜をたくさん食べて夏を元気にすごしましょう。



1日（木）のとうもろこしは、みらい学園の5年生が皮むきをしてくれます。1本1本丁寧にむいた、旬の味を味わってくださいね。



★今月の地元産★

【にんじん】1日、2日 北崎正博（一坪田）
5日～9日伊藤耕佑（川上）
【とうもろこし】1日 香取輝彦（桜田）

