

平成30年度 7月予定献立

かえて保育園

日・曜日	献立名	材料	おやつ	日・曜日	献立名	材料	おやつ
2日 (月)	ごはん	米	牛乳 ゆであゆみ (こしあん、糖、砂糖)	18日 (水)	夏野菜カレー	米、鶏もも肉、かぼちゃ、たまねぎ、なす、ズッキーニ、エリンギ、トマト、油、カレールウ	牛乳 ほうれん草パンケーキ (豆腐はん、ホットケーキ ミックス、牛乳)
	福内の塩焼き	鶏もも肉、じゃがいも、塩麴			キャベツとコーンのサラダ	キャベツ、ニンジン、コーン缶、ツブ缶、塩、米酢、砂糖、油	
3日 (火)	ひじきの煮物	ひじき、大豆、油揚げ、にんじん、いんげん、しょうゆ、かつお節布だし、みりん、酒	牛乳 菓子パン	19日 (木)	チーズ	チーズ	牛乳 ツナサンド (食パン・きゅうり・ツナ缶・ マヨネーズ)
	ずまし汁	えのきだけ、わかめ、焼き豆腐、かつお節布だし、うすくちしょうゆ、みりん、塩			メロン	メロン	
	みしょうかん	みしょうかん			冷やしちくわ天おろしうどん	ゆであゆみ、ちくわ、小麦粉、油、砂糖、だれこ、水菜、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、酒	
	ごはん	米			鶏ささみと野菜のゴマ和え	鶏ささみ、きゅうり、にんじん、ごま、しょうゆ、砂糖	
	チンジャオロース	豚もも肉、酒、しょうゆ、砂糖、ピーマン、たまねぎ、片栗粉			梅干しおろし	梅干し、おろし、しょうゆ、醤油、かつお節布だし	
4日 (水)	海藻サラダ	わかめ、きゅうり、トマト、はるさめ、ごま、ごま油、米酢、砂糖、しょうゆ	牛乳 ゆであゆみ (とうもろこし)	20日 (金)	みしょうかん	みしょうかん	牛乳 ゆであゆみ (とうもろこし)
	中華スープ	ちんじ、にら、しいたけ、鶏むね肉、しょうゆ、塩、かつお節布だし			ごはん/オクラ納豆	米、オクラ、納豆、モロヘイヤ、しょうゆ、ごま	
	スイカ	スイカ			さわらの塩焼き	さわら、塩	
	トマトと豆腐のサラダ	木綿豆腐、トマト、きゅうり、わかめ、しらす干し、しょうゆ、米酢、砂糖、ごま油			トマトと豆腐のサラダ	トマト、豆腐、きゅうり、わかめ、しらす干し、しょうゆ、米酢、砂糖、ごま油	
5日 (木)	みそ汁	かぼちゃ、たまねぎ、えのきだけ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 もちもちパン (ホットケーキミックス・白玉 粉・牛乳・ビザチーズ・コーン 缶)	21日 (土)	メロン	メロン	牛乳 バナナ おかし チーズ
	メロン	メロン			チャーハン	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、コーン缶、ごま油、しょうゆ、塩	
	冷やしきつねうどん	ゆであゆみ、油揚げ、わかめ、鶏ねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、酒			もやしのおえ物	もやし、米酢、しょうゆ、ごま油	
	野菜のゴマ和え	きゅうり、にんじん、ごま、しょうゆ、砂糖			中華スープ	わかめ、絹ごし豆腐、かつお節布だし、しょうゆ、塩	
	めざし	めざし(乳児はいりこ)					
6日 (金)	日向夏	日向夏	牛乳 七ツめんと (のどろきミックス・白 粉・牛乳・ビザチーズ・コーン 缶)	23日 (月)	ごはん	米	牛乳 りんごゼリー (りんごジュース・砂糖・アガー (糖天)) ビスケット
	おにぎり	米、わかめ、しらす干し、ごま、塩			福内のさっぱり煮	鶏もも肉、生巻、しょうゆ、みりん、砂糖、米酢	
	ジャムサンド	食パン、イチゴジャム			ひじきサラダ	ひじき、にんじん、いんげん、大豆、ごま、油、しょうゆ、砂糖、マヨネーズ	
	から揚げ/フライドポテト	鶏もも肉、しょうゆ、酒、生巻、小麦粉、片栗粉、じゃがいも、塩			ずまし汁	えのき、わかめ、鶏ねぎ、絹ごし豆腐、かつお節布だし、うすくちしょうゆ、みりん、塩	
	フロッキー/フチトマト	フロッキー、フチトマト			日向夏	日向夏	
7日 (土)	カップゼリー	カップゼリー	牛乳 バナナ おかし チーズ	24日 (火)	メロン	メロン	牛乳 へいちち (米・米みそ・砂糖・みりん)
	中華丼	米、豚もも肉、たまねぎ、にんじん、はくさい、生巻、ごま油、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉			ごはん	米	
	もやしの和え物	もやし、米酢、しょうゆ、ごま油			パンパンジー風	鶏むね肉、きゅうり、ごま、米みそ、米酢、砂糖、しょうゆ	
	中華スープ	わかめ、絹ごし豆腐、かつお節布だし、しょうゆ、塩			大根とツナの和え物	だいこん、ツブ缶、みそ、フチトマト、砂糖、しょうゆ	
					中華スープ	かぼちゃ、しいたけ、はるさめ、鶏むね肉、しょうゆ、塩、かつお節布だし	
9日 (月)	ごはん	米	牛乳 七ツめんと (のどろきミックス・白 粉・牛乳・ビザチーズ・コーン 缶)	25日 (水)	メロン	メロン	牛乳 菓子パン
	カレイの煮付	カレイ、しょうゆ、みりん、砂糖、酒			煮しめ	煮しめ、しょうゆ、みりん、砂糖、油揚げ、きゅうり、干しいたけ、かつお節布だし	
	しらすの和え物	しらす、にんじん、みりん、しょうゆ			ウィンナー	ウィンナー	
	みそ汁	じゅが、わかめ、だいこん、絹ごし豆腐、油揚げ、鶏ねぎ、かつお節布だし、米みそ			とうもろこし	とうもろこし	
	スイカ	スイカ			スイカ	スイカ	
10日 (火)	ごはん	米	牛乳 オレンヂゼリー (オレンヂジュース・アガー(糖 天)・みかん缶) ウエハース	26日 (木)	ごはん	米	牛乳 ジャムトースト(食パン・イチ ゴジャム)
	豚肉とキャベツの味噌炒め	豚ばら肉、にんじん、キャベツ、たまねぎ、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん			豚しゃぶ	豚もも肉、レタス、キャベツ、きゅうり、フチトマト、しょうゆ、米酢、ごま油	
	きゅうりのごま酢和え	きゅうり、しらす干し、ごま、しょうゆ、米酢、砂糖			とうがんのまほうあんかけ	とうがん、鶏むね肉、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、片栗粉	
	ずまし汁	オクラ、焼き豆腐、わかめ、えのき、かつお節布だし、米みそ			ずまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、にんじん、えのき、鶏ねぎ、かつお節布だし、うすくちしょうゆ、酒、塩	
	日向夏	日向夏			みしょうかん	みしょうかん	
11日 (水)	ごはん	米	牛乳 野菜のピザ (小麦粉、イースト、塩、トマ ト、とうもろこし、ズッキー ニ、なす、ベーコン、ケチャッ プ)	27日 (金)	ごはん	米	牛乳 フルーツ白玉 (白玉粉・メロン・みかん缶・白 玉粉)
	鶏の照り焼き	鶏もも肉、しょうゆ、みりん、砂糖			鯉のムニエル	鯉、小麦粉、油、塩	
	小松菜の煮まし	小松菜、にんじん、えのき、みりん、しょうゆ、みりん、かつお節布だし			きゅうりとキャベツのサラダ	きゅうり、キャベツ、レタス、フチトマト、米酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁	つるむらさき、油揚げ、かつお節布だし、米みそ			和風スープ	たまねぎ、オクラ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	
	メロン	メロン			カップゼリー	カップゼリー	
12日 (木)	冷やし中華	中華めん、焼きそば、卵、きゅうり、もやし、フチトマト、かつお節布だし、しょうゆ、米酢、砂糖、みりん、ごま油	牛乳 がぼちゅんしん (ホットケーキミックス・牛乳・ かぼちゃ)	28日 (土)	豚肉	米、豚もも肉、たまねぎ、生巻、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒	牛乳 バナナ おかし チーズ
	チンゲンサイとにんじんの炒め物	チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、塩			キャベツのサラダ	キャベツ、砂糖、塩、油	
	めざし	めざし(乳児はいりこ)			和風スープ	たまねぎ、オクラ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	
	みしょうかん	みしょうかん			カップゼリー	カップゼリー	
					メロン	メロン	
13日 (金)	ごはん	米	牛乳 まなこ団子(白玉粉・きな粉・砂 糖) 0、1歳児はきなこおはぎ (米・きな粉・砂糖)	30日 (月)	ごはん	米	牛乳 ヨーグルト煎しパン (ヨーグルト・ホットケーキミックス・ ヨーグルト・砂糖)
	鯉のから揚げねぎソース	鯉、片栗粉、油、鶏ねぎ、しょうゆ、米酢、ごま			さわらのカレー衣揚げ	さわら、カレー粉、小麦粉、ベーキングパウダー、油	
	キャベツときゅうりのおひか和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、みりん、かつお節布だし			小松菜のじゃこ和え	小松菜、にんじん、しらす干し、しょうゆ、みりん	
	みそ汁	なす、油揚げ、豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ			みそ汁	つるむらさき、厚揚げ、かつお節布だし、米みそ	
	メロン	メロン			メロン	メロン	
14日 (土)	チキンライス	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、ケチャップ	牛乳 バナナ おかし チーズ	31日 (火)	ごはん	米	牛乳 わらびもち (わらび粉・砂糖・きなこ)
	きゅうりのサラダ	きゅうり、酢、砂糖、塩、油			豚肉の生姜焼き/ゴーヤの炒め物	豚もも肉、たまねぎ、生巻、みりん、酒、しょうゆ、ゴーヤ、塩	
	和風スープ	玉ねぎ、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ			きゅうりの梅肉和え	きゅうり、梅干し、しょうゆ、みりん	
					みそ汁	かぼちゃ、焼き豆腐、わかめ、えのきだけ、かつお節布だし、米みそ	
					日向夏	日向夏	
17日 (火)	にんじんごはん	米、にんじん、塩	牛乳 生クリーム(2歳児か ら)、糖、砂糖、厚揚げ、ブト ウ・メロン		ごはん	米	
	福内のパン粉焼き	鶏もも肉、パン粉、オリーブオイル、バター					
	マカロニサラダ	マカロニ、きゅうり、にんじん、キャベツ、フチトマト、コーン缶、塩、マヨネーズ					
	コンソメスープ	コーン缶、クリームコーン缶、たまねぎ、コンソメ、牛乳					

※延長のおやつはビスケット・せんべい・芋けんぴを日替わりで提供しています。
※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※めはえ・ふたは・つぼみ組は毎朝牛乳がつきます。
※市販菓子はウエハース・せんべい・おかし・ビスケット・などを提供しています。

おりようりの部屋：河田・中西より