

2019年度 7月 予定献立 かえて保育園 ()

承認印

日/曜日	献立名	材 料	おやつ	日/曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (月)	ごはん 鶏肉の梅肉焼き ひじきの煮物 ずまし汁 みしょうかん	米 鶏もも肉、じゃがいも、梅干し(幼児のみ)、塩、油 ひじき、油揚げ、にんじん、いんげん、しょうゆ、みりん、酒、かつお昆布だし えのき、わかめ、焼き鮓、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 みしょうかん	牛乳 水ようかん (こしあん、寒天、砂糖) せんべい	17日 (水)	流しそうめん ウィンナー とうもろこし スイカ	そうめん、しょうゆ、みりん、砂糖、油揚げ、きゅうり、干ししいたけ、かつお昆布だし ウィンナー とうもろこし スイカ	牛乳 菓子パン
2日 (火)	ごはん/ネバネバ納豆 鮭の塩焼き トマトと豆腐のサラダ みぞ汁 デラウェア	米、オクラ、納豆、モロヘイヤ、しょうゆ 鮭、塩 木綿豆腐、トマト、きゅうり、ごま、しょうゆ、米酢、砂糖、ごま油 かぼちゃ、たまねぎ、えのき、かつお昆布だし、米みそ デラウェア	牛乳 みたらし団子(乳児はきなこおはぎ) (白玉粉、砂糖、みりん、しょうゆ、片栗粉) / (米、きな粉、砂糖)	18日 (木)	ごはん/ネバネバ納豆 鮭の照り焼き 切干大根のサラダ ずまし汁 みしょうかん	米、オクラ、納豆、モロヘイヤ、しょうゆ 鮭、しょうゆ、みりん、砂糖 切干大根、きゅうり、にんじん、もやし、ごま、しょうゆ、米酢、砂糖、ごま油 わかめ、しいたけ、たまねぎ、焼き鮓、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、酒 みしょうかん	牛乳 焼きとうもろこし (とうもろこし、しょうゆ、みりん)
3日 (水)	ごはん デンジャオロース わかめときゅうりの酢の物 中華スープ スイカ	米 豚もも肉、酒、しょうゆ、砂糖、ピーマン、たまねぎ、片栗粉 わかめ、きゅうり、ちりめんじゃこ、米酢、砂糖、塩 もやし、白ねぎ、しいたけ、鶏ひき肉、しょうゆ、塩、酒、ごま油、かつお昆布だし スイカ	牛乳 菓子パン	19日 (金)	ちくわ天うどん 鶏ささみと野菜のゴマ和え 粉ふきもち スイカ	うどん、ちくわ、小麦粉、油、砂糖、水菜、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒 鶏ささみ、きゅうり、にんじん、ごま、しょうゆ、砂糖 じゃがいも、塩 スイカ	牛乳 ごへいもち (米、米みそ、砂糖、みりん)
4日 (木)	きつねうどん キャベツともやしのゴマ和え 煮豆 みしょうかん	うどん、油揚げ、わかめ、ほうれんそう、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒 キャベツ、もやし、にんじん、ごま、しょうゆ、みりん 金時豆、砂糖 みしょうかん	牛乳 ボンデケージョ (白玉粉、粉チーズ、塩、油、牛乳、黒ごま)	20日 (土)	チャーハン きゅうりの酢の物 中華スープ	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、コーン缶、油、しょうゆ、塩 きゅうり、米酢、砂糖、塩 わかめ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、ごま油	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
5日 (金)	七夕ちらし 鶏肉の照り焼き 七夕そうめん(ぶっかけそうめん) スイカ	米、かにかまぼこ、にんじん、干ししいたけ、きゅうり、卵、米酢、砂糖、塩、しょうゆ、酒 鶏もも肉、しょうゆ、みりん、砂糖 そうめん、プチトマト(黄、赤)、オクラ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん スイカ	牛乳 七夕ゼリー (ブルーハワイシロップ、アガー(寒天)、牛乳、砂糖、黄桃缶)	22日 (月)	ごはん 鶏肉の塩焼き 大根とツナのサラダ 冬瓜スープ デラウェア	米 鶏もも肉、じゃがいも、塩 だいこん、ツナ缶、水菜、プチトマト、砂糖、米酢、塩、油 とうがん、しいたけ、はるさめ、鶏ひき肉、しょうが、しょうゆ、塩、かつお昆布だし デラウェア	牛乳 ほうれん草ホットケーキ (ほうれん草、牛乳、バター、ホットケーキミックス)
6日 (土)	中華丼 もやしの和え物 中華スープ	米、豚もも肉、たまねぎ、にんじん、はくさい、しょうが、ごま油、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 もやし、米酢、しょうゆ、砂糖 わかめ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、ごま油、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	23日 (火)	ごはん 鮭の南蛮漬け ひじき豆 みぞ汁 スイカ	米 鮭、片栗粉、小麦粉、油、たまねぎ、にんじん、水菜、米酢、しょうゆ、砂糖 ひじき、にんじん、いんげん、大豆水煮、ごぼう、みりん、しょうゆ、酒、砂糖 えのき、わかめ、青ねぎ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、米みそ スイカ	牛乳 りんごゼリー (りんごジュース、りんご、砂糖、寒天(アガー)) ビスケット
8日 (月)	ごはん 豚肉とキャベツの味噌炒め きゅうりのごま酢和え ずまし汁 カップゼリー	米 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 きゅうり、ちりめんじゃこ、ごま、しょうゆ、米酢、砂糖 オクラ、絹ごし豆腐、焼き鮓、わかめ、えのき、かつお昆布だし、米みそ カップゼリー	牛乳 ピザトースト (食パン、ツナ缶、コーン缶、たまねぎ、パセリ粉、ケチャップ、ピザチーズ)	24日 (水)	とうもろこしごはん ささみフライ マカロニサラダ/プチトマト たまねぎとにんじんのスープ カップゼリー	米、とうもろこし、塩 ささみ、小麦粉、パン粉、粉チーズ、パセリ粉、油、塩 マカロニ、きゅうり、にんじん、キャベツ、プチトマト、塩、マヨネーズ たまねぎ、にんじん、かつお昆布だし、塩、しょうゆ カップゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (生クリーム(2歳児から)、卵、砂糖、薄力粉、油、デラウェア、みしょうかん)
9日 (火)	ごはん 鯖の煮付 しらすの和え物 みぞ汁 スイカ	米 鯖、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、しょうが しらす、にんじん、もやし、ごま、みりん、しょうゆ じゃがいも、絹ごし豆腐、油揚げ、青ねぎ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ スイカ	牛乳 オレンジゼリー (オレンジジュース、アガー(寒天)、みかん缶) ビスケット	25日 (木)	ごはん 豚しゃぶ かぼちゃの煮物 ずまし汁 スイカ	米 豚もも肉、キャベツ、きゅうり、もやし、プチトマト、米みそ、ごま、しょうゆ、米酢、ごま油、砂糖 かぼちゃ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、砂糖 絹ごし豆腐、だいこん、わかめ、にんじん、えのき、青ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 スイカ	牛乳 ジャムトースト (食パン、イチゴジャム)
10日 (水)	牛ごぼうごはん 高野豆腐の煮物 ほうれんそうのごま和え みぞ汁 デラウェア	米、牛もも肉、ごぼう、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 高野豆腐、にんじん、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 ほうれんそう、ごま、ごま油、塩 なす、わかめ、だいこん、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ デラウェア	牛乳 かぼちゃ蒸しパン (ホットケーキミックス、牛乳、かぼちゃ)	26日 (金)	ごはん 鯖の塩焼き きゅうりとキャベツのサラダ みぞ汁 みしょうかん	米 鯖、塩 きゅうり、キャベツ、レタス、プチトマト、米酢、砂糖、塩、油 はくさい、わかめ、たまねぎ、油揚げ、焼き鮓、かつお昆布だし、米みそ みしょうかん	牛乳 レモンクッキー (小麦粉、レモン、牛乳、ベーキングパウダー、バター)
11日 (木)	冷やし中華 枝豆(乳児は焼きかぼちゃ) いりこ/ちりめんじゃこ みしょうかん	中華めん、鶏ささみ、卵、きゅうり、もやし、プチトマト、かつお昆布だし、しょうゆ、米酢、砂糖、みりん、ごま油 枝豆、かぼちゃ、塩 いりこ/ちりめんじゃこ(0、1歳児) みしょうかん	牛乳 わかめおにぎり (米、わかめ、塩)	27日 (土)	チキンライス きゅうりのサラダ 和風スープ	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、塩、コンソメ、ケチャップ きゅうり、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ	牛乳 バナナ チーズ 市販菓子
12日 (金)	ホットドッグ フライドポテト とうもろこし チーズ オレンジジュース	ロールパン、ウィンナー、キャベツ、ケチャップ じゃがいも、油、塩 とうもろこし チーズ オレンジジュース	牛乳 ひじきおにぎり/おかおにぎり (ひじき、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、酒、米、かつおぶし)	29日 (月)	ごはん 鯖の味噌煮 小松菜のじゃこ和え ずまし汁 デラウェア	米 鯖(乳児は鯖)、生姜、米みそ、砂糖、みりん、酒、しょうゆ 小松菜、にんじん、ちりめんじゃこ、しょうゆ、みりん 絹ごし豆腐、たまねぎ、えのき、わかめ、葉ねぎ、しょうゆ、酒、塩 デラウェア	牛乳 わらびもち (わらび粉、砂糖、きな粉)
13日 (土)	豚丼 キャベツのサラダ 和風スープ	米、豚もも肉、たまねぎ、生姜、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 キャベツ、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ	牛乳 市販菓子 バナナ チーズ	30日 (火)	ごはん ゴーヤチャンプルー もやしときゅうりの酢の物 みぞ汁 みしょうかん	米 豚もも肉、たまねぎ、にんじん、もやし、卵、ゴーヤ、みりん、酒、しょうゆ、塩、ごま油 もやし、きゅうり、わかめ、米酢、砂糖、塩 あおさ、絹ごし豆腐、えのき、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 みしょうかん	牛乳 ちんすこう (小麦粉、油、砂糖、塩)
15日 (月)	海の日			31日 (水)	ごはん ねぎ塩チキン キャベツのおかか和え みぞ汁 スイカ	米 鶏もも肉、白ねぎ、塩、ごま油、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、みりん、かつおぶし なす、油揚げ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ スイカ	牛乳 じゃがいももち (じゃがいも、片栗粉、塩、ピザチーズ)
16日 (火)	夏野菜カレー キャベツとコーンのサラダ チーズ デラウェア	米、もち麦、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、りんご キャベツ、にんじん、コーン缶、塩、米酢、砂糖、油 チーズ デラウェア	牛乳 ツナトーストサンド (食パン、ツナ缶、きゅうり、マヨネーズ)				

※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。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりようりの部屋：河田・中西より