

2021年度 7月普通食 予定献立

かえで保育園

原園印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (木)	冷やしきつねうどん	うどん、うすあげ、ほうれん草、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒	牛乳	17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、ケッチャップ、塩	牛乳
	ひじきのちもの	ひじき、鶏もも肉、にんじん、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん	菓子パン		もやしのおえもの	もやし、キャベツ、酢、砂糖、塩、油	市販菓子
	いりこ	いりこ			すまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	チーズ
	ゼリー	ゼリー					バナナ
2日 (金)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳	19日 (月)	ごはん	米	牛乳
	厚揚げの炒め物	厚揚げ、豚ひき肉、チンゲンサイ、人参、しめじ、ピーマン、ウスターソース、砂糖、しょうゆ、ごま油、片栗粉	フライドポテト (じゃがいも、塩、油)		鮭から揚げ	鮭、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油	カルピスゼリー/ビスケット
	春雨のサラダ	春雨、もやし、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油			野菜の酢のもの	きゅうり、キャベツ、もやし、わかめ、酢、砂糖、塩、油	(カルピス、ゼラチン、砂糖 みかん缶)
	すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			すまし汁	絹ごし豆腐、はくさい、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
ゼリー	ゼリー		ゼリー	ゼリー			
3日 (土)	チャーハン	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油	牛乳	20日 (火)	ごはん	米	牛乳
	キャベツとツナの和えもの	キャベツ、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油	市販菓子		鶏肉のさっぱり煮	鶏もも肉、しょうが、酢、砂糖、酒、しょうゆ	マカロニきなこ
	中華スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、ごま油	チーズ		トマトときゅうりの中華風サラダ	トマト、きゅうり、キャベツ、白ごま、しょうゆ、ごま油	(マカロニ、きなこ、砂糖)
			バナナ		みそ汁	絹ごし豆腐、小松菜、えのき、かつお昆布だし、米みそ	
				ゼリー	バナナ		
5日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳	21日 (水) お誕生日会	食パン	食パン	牛乳
	鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖	じゃこトースト		ハンバーグ	合い挽きミンチ、パン粉、牛乳、たまねぎ、塩、ウスターソース、ケッチャップ、チーズ	誕生日ケーキ
	切り干し大根のシャキシャキサラダ	切り干し大根、にんじん、きゅうり、うすあげ、酢、砂糖、塩	(食パン、しらす干し、 マヨネーズ、青のり、 粉チーズ)		ココロサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ	(小麦粉、砂糖、サラダ油、 牛乳、もも缶、みかん缶、 さくらんぼ、ホイップクリーム)
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、焼きそば、かつお昆布だし、米みそ			和風スープ	たまねぎ、キャベツ、エリンギ、ベーコン、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
ゼリー	ゼリー		ゼリー	ゼリー			
6日 (火)	ごはん	米	牛乳	22日 (水)	海の日		
	鶏肉の塩焼き	鶏もも肉、塩、じゃがいも	お昼のラスク				
	野菜のおかかおえアスパラ煮え	アスパラガス、にんじん、もやし、しょうゆ、みりん、かつお昆布だし、マヨネーズ	(焼き餅、バター、砂糖)				
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ					
		バナナ					
7日 (水)	セタちらし	米、ツナ缶、コーン缶、にんじん、きゅうり、米酢、砂糖、塩、しょうゆ、みりん	牛乳	23日 (金)	スポーツの日		
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ、てんぷら粉、青のり	七色ゼリー				
	にゅうめん	そうめん、にんじん、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、酒	(りんごソース、ゼラチン、 みかん缶、もも缶、さくらんぼ)				
	ゼリー	ゼリー					
8日 (木)	ミートスパゲッティ	スパゲティ、合い挽きミンチ、なす、にんじん、たまねぎ、トマト缶、ケッチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、酒、コンソメ	お茶	24日 (土)	豚丼	米、豚もも肉、たまねぎ、生薬、しょうゆ、砂糖、酒、油、かつお昆布だし	牛乳
	ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩	フルーツヨーグルトクエース		もやしのおえもの	もやし、白ごま、酢、砂糖、塩、油	市販菓子
	和風スープ	たまねぎ、エリンギ、キャベツ、ベーコン、かつお昆布だし、コンソメ、塩	(ヨーグルト、砂糖、 みかん缶、もも缶、バナナ)		みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	チーズ
	ゼリー	ゼリー					バナナ
9日 (金)	ごはん	米	お茶	26日 (月)	カレーライス	米、牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、りんご、カレーパウダー、油	牛乳
	豚しゃぶ	豚もも肉、きゅうり、もやし、レタス、トマト、米みそ、白ごま、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖	牛乳燗/せんべい		ひじきと野菜のごまマヨネーズサラダ	ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、白ごま、しょうゆ、マヨネーズ	市販菓子
	野菜のごま和え	キャベツ、にんじん、しらす干し、白ごま、酢、砂糖、塩、油	(牛乳、燗天、砂糖、 みかん缶)		チーズ	チーズ	
	みそ汁	絹ごし豆腐、うすあげ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			ゼリー	ゼリー	
ゼリー	ゼリー						
10日 (土)	カレーライス	米、牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、りんご、カレーパウダー、油	牛乳	27日 (火)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳
	きゅうりの酢のもの	きゅうり、酢、砂糖、塩、油	市販菓子		鮭の塩焼き	鮭(丸尾は鮭)、塩	ずいか/せんべい
	チーズ	チーズ	バナナ		フロッコリーとにんじんの和えもの	フロッコリー、にんじん、しらす干し、白ごま、しょうゆ、みりん	
					みそ汁	絹ごし豆腐、じゃがいも、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ	
				ゼリー	ゼリー		
12日 (月)	ごはん	米	牛乳	28日 (水)	三色丼	米、豚ひき肉、ほうれん草、にんじん、しょうが、白ごま、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、塩、酒	牛乳
	豚肉となすの炒め物	豚こま肉、なす、にんじん、キャベツ、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、みりん	わらびもち		キャベツともやしのサラダ	キャベツ、もやし、にんじん、酢、砂糖、塩、油	チーズトースト
	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、にんじん、納豆、えのき、しょうゆ	(わらび粉、砂糖、きなこ)		みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	(食パン、マヨネーズ、 チーズ)
	和風スープ	絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			バナナ	バナナ	
ゼリー	ゼリー						
13日 (火)	ごはん	米	牛乳	29日 (木)	冷やし中華	中華麺、卵、きゅうり、もやし、豚もも肉、ブタトマト、かつお昆布だし、しょうゆ、酢、砂糖、みりん、ごま油	お茶
	鮭の煮付け	鮭、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、砂糖	ずいか/せんべい		ほうれん草のお浸し	ほうれん草、にんじん、白ごま、しょうゆ、みりん	フルーツヨーグルトクエース
	野菜のごま和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、水菜、白ごま、酢、砂糖、塩、油			いりこ	いりこ	(ヨーグルト、砂糖、 みかん缶、バナナ)
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、うすあげ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			ゼリー	ゼリー	
		バナナ					
14日 (水)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳	30日 (金)	梅ごはん	米、うめぼし、大葉、白ごま、ちりめんじゃこ	牛乳
	ゴーヤチャンプル	豚こま肉、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	水ようかん/せんべい		鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖	フライドポテト
	きゅうりとわかめの酢のもの	きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩	(こしあん、燗天)		野菜のおえもの	にんじん、もやし、水菜、酢、砂糖、しょうゆ	(じゃがいも、塩、油)
	みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、かつお昆布だし、米みそ			みそ汁	絹ごし豆腐、うすあげ、じゃがいも、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー		
15日 (木)	ごはん	米	牛乳	31日 (土)	中華丼	米、豚もも肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、片栗粉、油	牛乳
	厚揚げのツナマヨ焼き	厚揚げ、ツナ缶、マヨネーズ、コーン缶、青のり、しょうゆ	オレシゼリー/ビスケット		もやしのおえもの	もやし、白ごま、しょうゆ、みりん	市販菓子
	野菜の和え物	きゅうり、キャベツ、にんじん、酢、砂糖、塩、油	(オレシジュース、 ゼラチン、砂糖)		中華スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、ごま油	チーズ
	みそ汁	絹ごし豆腐、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			バナナ	バナナ	
ゼリー	ゼリー						
16日 (金)	流しそうめん	そうめん、しょうゆ、みりん、砂糖、うすあげ、きゅうり、干しいたげ、かつお昆布だし	牛乳				
	ウインナー	ウインナー	菓子パン				
	とうもろこし	とうもろこし					
	ゼリー	ゼリー					

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえで保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりようりの部屋：廣田・坂口より