

2017年7月予定献立表

緑丘保育園

曜日	日	昼食	材料名	0.1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	10 24	鶏南蛮うどん 中華風オムレツ ひじきの酢の物	干しうどん・鶏肉・にんじん・長葱・青菜・醤油・塩・かつおだし 卵・豚ひき・春雨・長葱・椎茸・たけのこ・生姜・塩・砂糖・醤油・酒・かつおだし ひじき・きゅうり・にんじん・酢・醤油・ごま・かつおだし	ひき肉 きゅうりゆで	ふくれ菓子 小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖・酢・はちみつ・ 卵・牛乳 くだもの・牛乳	クリームチーズパン クリームチーズパン 麦茶	魚のトマト煮・コールスローサラダ 魚・小麦粉・玉葱・トマト缶・ケチャップ・パセリ・油・塩 キャベツ・きゅうり・油・酢・塩 クリームチーズパン・スープ
火	11 25	あじの南蛮漬け いんげんのかつお煮 梅ごはん モロヘイヤと麩の味噌汁	あじ・片栗粉・油・にんじん・長葱・ピーマン・醤油・酢・砂糖・かつおだし いんげん・醤油・砂糖・みりん 精白米・胚芽米・梅干し・ごま モロヘイヤ・麩・にんじん・煮干し・味噌	白身魚のあんかけ	ジャージャーうどん 干しうどん・豚ひき・玉葱・生姜・醤油・味噌・砂糖・ 油・きゅうり・みりん くだもの・牛乳	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 麦茶	豆腐のつくね焼き・鶏肉と大根煮 豆腐・鶏ひき・玉葱・パン粉・塩・油・味噌・みりん・酒 大根・にんじん・いんげん・鶏ひき・片栗粉・酒・砂糖・醤油・油・バター わかめごはん・味噌汁
水	12 26	炒り豆腐 きゅうりのひじき和え ごはん ナスの味噌汁	豆腐・鶏ひき・にんじん・ごぼう・干し椎茸・長葱・いんげん・塩・砂糖・醤油・みりん・卵・油 きゅうり・ひじき・醤油・塩・ごま 精白米・胚芽米 なす・油・玉葱・青菜・味噌・煮干し	きゅうりゆで	かぼちゃとさつまいも揚げ かぼちゃ・さつまいも・油・きな粉・砂糖・塩 くだもの・牛乳	ジャムサンド 食パン・ジャム 麦茶	ポークマリネード・ポテトサラダ 豚肉・ピーマン・セロリ・酒・砂糖・醤油・酢・油・玉葱 じゃが芋・にんじん・きゅうり・アレルギー用マヨネーズ・塩・オリーブ油・酢 パン・スープ
木	13 27	松風焼き ラトウイユ 玄米パン チンゲン菜とわかめのスープ	鶏ひき・豚ひき・卵・長葱・玉葱・パン粉・味噌・生姜・ごま ナス・トマト・玉葱・ピーマン・にんにく・オリーブ油・塩 玄米パン 塩蔵わかめ・にんじん・長葱・チンゲン菜・塩・醤油・ごま油	食パンつき	中華風桜えびごはん 精白米・胚芽米・桜海老・ごま油・塩 くだもの・牛乳	こふきいも じゃがいも・塩・青のり 麦茶	タンメンうどん・こふきいも 干しうどん・豚肉・油・きゃべつ・にんじん・もやし・長葱・塩 くだもの
金	14 28	魚の香味焼き モロヘイヤとしらすの酢の物 ゆかりごはん いんげんともやしの味噌汁	魚・長葱・ごま・しょうが・酒・醤油・油 モロヘイヤ・オクラ・しらす・酢・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米・ゆかり いんげん・もやし・油揚げ・青菜・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	とろみつき 酢なし	ドライカレーサンド 食パン・牛ひき・玉葱・人参・レーズン・油・薄力粉・ カレー粉・バター・塩 くだもの・牛乳	しょうがごはんおにぎり 精白米・胚芽米・生姜・油揚げ・にんじん 海苔・酒・塩・醤油 麦茶	チャプチェ風・きゅうりの磯和え 春雨・豚ひき・醤油・酒・にんじん・玉葱・ピーマン・油・にんにく・ごま・砂糖 きゅうり・塩・青のり しょうがごはん・味噌汁
土	1 15 29	カレーうどん かぼちゃプルーン煮 フルーツヨーグルト	干しうどん・豚ひき・人参・玉葱・きゃべつ・ピーマン・小麦粉・バター・カレー粉・塩・醤油 かぼちゃ・プルーン・砂糖・塩 ヨーグルト・砂糖・みかん缶・もも缶・レーズン		ラスク・チーズ 食パン/ソフトフランスパン/バターロール・マーガリン 砂糖 一口チーズ くだもの・牛乳		
月	3 31	大豆カレー 大根ときゅうりの梅おほかササラダ わかめとえのきのスープ	精白米・胚芽米・豚肉・大豆・にんじん・玉葱・じゃが芋・油・小麦粉・バター・カレー粉・ピーマン・塩・にんにく・りんご・醤油・ ウスターソース・トマトケチャップ・牛乳 大根・きゅうり・梅ひしお・削り節・砂糖・酢・かつおだし・醤油 塩蔵わかめ・えのき・長葱・青菜・塩・醤油・かつおだし・ごま・ごま油	ひき肉 大根・きゅうりゆで	豆腐かぼちゃ入り白玉団子 白玉粉・豆腐・きな粉・砂糖・塩・かぼちゃ・上新粉 くだもの・牛乳	しらすと油揚げごはん 精白米・胚芽米・しらす・油揚げ 塩・醤油・みりん・ごま 麦茶	魚の照り焼き・さつまいもと刻みこんぶ煮 魚・醤油・酒・みりん・油 さつまいも・刻み昆布・みりん・砂糖・醤油 しらすと油揚げごはん・味噌汁
火	4 18	納豆の岩石揚げ わかめと豆腐のサラダ ふりかけごはん 春雨スープ	納豆・長葱・卵・塩・醤油・小麦粉・かつおだし・油 豆腐・塩蔵わかめ・トマト・塩・酢・醤油・油・砂糖 精白米・胚芽米・ふりかけ 春雨・にんじん・玉葱・きくらげ・きゃべつ・青菜・醤油・塩・かつおだし		芋ようかん・いわしっこ さつまいも・砂糖・寒天・水・塩 いわしっこ(かたくちいわし・みりん・砂糖・水飴・ごま) くだもの・牛乳	ツナとコーンのラスク 食パン・まぐろ缶詰・コーン缶・玉葱 アレルギー用マヨネーズ 麦茶	スパゲティミートソース・大根ツナサラダ スパゲティ・豚ひき・牛ひき・玉葱・人参・干し椎茸・トマト缶・ケチャップ パセリ・油・塩・パルメザン 大根・まぐろ缶詰・コーン缶・人参・アレルギー用マヨネーズ・塩 スープ・くだもの
水	5 19	鮭のコーンマヨネーズ焼き ひじきのマリネ ごまパン 夏野菜のカレースープ	生鮭・塩・バター・マヨネーズ・クリームコーン缶・パルメザンチーズ ひじき・醤油・だいこん・きゅうり・にんじん・ハム・油・酢・塩 ごまパン にんじん・玉葱・なす・南瓜・カレー粉・塩・醤油・かつおだし	食パンつき カレー粉なし	みそおにぎり 精白米・胚芽米・味噌・みりん・ごま くだもの・牛乳	マカロニきなこ マカロニ・きな粉・砂糖・塩 麦茶	マーボーうどん・いんげんのごま和え 干しうどん・豚ひき・生姜・人参・長葱・干し椎茸・豆腐・味噌・油 片栗粉・塩・かつおだし・醤油・みりん いんげん・にんじん・ごま・砂糖・醤油 くだもの
木	6 20	豚肉のマリネ ひじきとポテのごま和え ごはん 豆乳入り南瓜味噌汁	豚肉・玉葱・にんじん・いんげん・きゃべつ・きゅうり・油・酢・砂糖・塩(乳児)豚ひき・鶏ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・塩 ひじき・かつおだし・きゅうり・じゃが芋・ごま・塩 精白米・胚芽米 かぼちゃ・玉葱・青菜・豆乳・味噌・煮干し	ハンバーグ きゅうりゆで	ナス入りそうめん ひやむぎ・鶏肉・なす・にんじん・油揚げ・干し椎茸・ いんげん・醤油・みりん・うずら卵・塩 くだもの・牛乳	さつまいもあんぱん さつまいもあんぱん 麦茶	魚のステーキ・わかめとコーンのサラダ 魚・塩・玉葱・片栗粉・油・パセリ・砂糖・醤油・酢 塩蔵わかめ・きゃべつ・ コーン缶・トマト・醤油・酢・油・塩・砂糖 パン・スープ
金	7 21	鮭ごはん かぼちゃそぼろあん きゅうりの甘酢漬け そうめん汁(7日七タそうめん)	精白米・胚芽米・甘塩鮭・大葉(幼児)・ごま かぼちゃ・豚ひき・片栗粉・酒・砂糖・醤油 きゅうり・塩・砂糖・酢・ごま油・生姜 ひやむぎ・オクラ・干し椎茸・青菜・塩・醤油・かつおだし(7日)にんじん	きゅうりゆで・酢なし	はちみつマフィン 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター・卵・ 牛乳・はちみつ くだもの・牛乳	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油 ごま・海苔 麦茶	煮込みハンバーグ・マッシュポテト 豚ひき・豚ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・塩・油・ケチャップ・ソース かつおだし・片栗粉 じゃが芋・玉葱・塩 ごはん・味噌汁
土	7 22	冷やしごまうどん じゃがいもバター煮 ゼリー	干しうどん・にんじん・いんげん・鶏ささみ・きゅうり・卵・万能ねぎ・かつおだし・醤油・ごま・味噌 じゃがいも・バター・醤油 100%ジュース・水・砂糖・アガー		パン・小魚 惣菜パン(ダイスチーズパンなど)・たべる小魚 くだもの・牛乳		

* エネルギー 557kcal たんぱく質 22.2g 脂質 17.5g *0才のみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。*3時の牛乳は豆乳入りです *材料の関係で献立が変更になることもあります。