

2018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	2	大豆カレー	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	ひき肉	芋ようかん さつまいも・砂糖・寒天・水・塩	りんごジャムサンド 食パン・りんごジャム	魚のピザ風・マセドアンサラダ 魚・塩・玉ねぎ・パセリ・トマトケチャップ・チーズ・油 かぼちゃ・じゃが芋・きゅうり・レーズン・酢・油・塩
	30	大根ときゅうりの梅おかかサラダ わかめとえのきのスープ	大根・きゅうり・梅びしお・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	大根・きゅうりゆで	くだもの・牛乳	麦茶	パン・スープ
火	3	あじの南蛮漬け	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	白身魚のあんかけ	ごまケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・卵・バター・塩・ごま	ココアラスク 食パン・マーガリン・砂糖・ココア	鶏のはちみつ焼き・キャベツサラダ 鶏肉(乳児は鶏ひき肉)・醤油・にんにく・はちみつ
	17	いんげんのかつお煮	いんげん・醤油・砂糖・みりん		牛乳・全粒粉		キャベツ・きゅうり・人参・塩・ゆかり
	31	梅ごはん モロヘイヤと麩の味噌汁	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		くだもの・牛乳	麦茶	ごはん・味噌汁
水	4	いり豆腐 きゅうりのひじき和え	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	きゅうりゆで	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	きなこおにぎり 精白米・胚芽米・きなこ・砂糖・塩	魚の焼肉ダレ・じゃがじゃこ金平 魚・小麦粉・片栗粉・油・にんにく・醤油・みりん・砂糖・ごま油・ごま
	18	ごはん ナスの味噌汁	精白米・胚芽米 なす・油・玉葱・青菜・味噌・煮干し		くだもの・牛乳	麦茶	ごはん・味噌汁
木	5	松風焼き ラトウイユ	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		みそおにぎり 精白米・胚芽米・味噌・みりん・ごま	さつまいもコーンカップ さつまいも・レーズン・砂糖・マーガリン・豆乳	肉みそうどん・さつまいも茶巾 干しうどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・いんげん・椎茸・生姜・にんにく・砂糖・醤油
	19	玄米パン チンゲン菜とわかめのスープ	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	くだもの・牛乳	麦茶	スープ
金	6	鮭ごはん かぼちゃそぼろあん	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		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	夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・昆布・人参・油揚げ・醤油	豆腐のあんかけ・きゅうりの梅肉和え 豆腐・小麦粉・油・豚ひき肉・干し椎茸・長葱・人参・砂糖・醤油・片栗粉
	20	きゅうりの甘酢漬け そうめん汁(7日セタそうめん)	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	くだもの・牛乳	麦茶	きゅうり・塩・梅びしお 夕焼けごはん・味噌汁
土	7	冷やしきつねうどん 鶏じゃが煮	干しうどん・人参・玉ねぎ・干し椎茸・かつおだし・醤油・みりん・塩・油揚げ・醤油・砂糖 じゃが芋・玉ねぎ・鶏ひき肉・いんげん・砂糖・みりん・醤油・油		クリームチーズパン・小魚 クリームチーズパンなど 食べる小魚		
	21	ゼリー	100%ジュース・水・砂糖・アガー		くだもの・牛乳		
月	9	鮭のタンドリー風 ひじきのマリネ	鮭・ヨーグルト・トマトケチャップ・醤油・カレー粉・にんにく・パン粉・油 ひじき・醤油・だいこん・きゅうり・にんじん・ハム・油・酢・塩	とろみつき	焼肉ごはん 精白米・胚芽米・豚肉・油・塩・酒・味噌・にんにく・人参	ポテトフライ じゃがいも・油・塩・青のり	スパゲティーミートソース・ポテトフライ スパゲティー・豚ひき肉・牛ひき肉・玉ねぎ・人参・干し椎茸・トマト缶・トマトケチャップ
	23	ごまパン 夏野菜のカレースープ	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	くだもの・牛乳	麦茶	スープ パセリ・油・塩・粉チーズ
火	10	魚の香味焼き モロヘイヤとしらすの酢の物	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	とろみつき 酢なし	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	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	豚肉となすのなべしぎ・人参の甘煮 豚ひき肉・なす・ピーマン・味噌・砂糖・醤油・油 人参・砂糖・塩
	24	ゆかりごはん いんげんともやしの味噌汁	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		くだもの・牛乳	麦茶	わかめごはん・味噌汁
水	11	鶏南蛮うどん 中華風オムレツ	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	ひき肉	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	ツナコーンラスク 食パン・ツナ缶・コーン・玉ねぎ アレルギー用マヨネーズ	豆腐とトマトのカレー炒め・キャベツの磯和え 豆腐・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・トマト缶・グリーンピース・生姜・にんにく・油・塩・カレー粉
	25	ひじきの酢の物	ひじき・きゅうり・にんじん・酢・醤油・ごま・かつおだし	きゅうりゆで	くだもの・牛乳	麦茶	片栗粉 キャベツ・のり・醤油・かつおだし ごはん・味噌汁
木	12	納豆の岩石揚げ ニラとえのきのお浸し・トマト	納豆・長葱・卵・塩・醤油・小麦粉・かつおだし・油 ニラ・えのき・醤油・かつおだし トマト		マカロニきなこ マカロニ・きなこ・砂糖・塩	ダイスチーズパン ダイスチーズ入りソフトフランスパン	魚のパン粉焼き・いんげんとコーンのマリネ 魚・にんにく・酒・塩・パン粉・パセリ・オリーブ油
	26	ふりかけごはん 春雨スープ	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		くだもの・牛乳	麦茶	いんげん・コーン・玉ねぎ・油・酢・塩 ダイスチーズパン・スープ
金	13	豚肉のマリネ ひじきとポテトのごま和え	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	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・塩	ほたてごはんおにぎり 精白米・胚芽米・ホタテ缶・人参・干し椎茸 塩・醤油	魚の照り焼き・切り干し大根煮 魚・醤油・酒・みりん・油 切り干し大根・人参・干し椎茸・油揚げ・油・砂糖・醤油
	27	ごはん 豆乳入り南瓜味噌汁	精白米・胚芽米 かぼちゃ・玉葱・青菜・豆乳・味噌・煮干し		くだもの・牛乳	麦茶	みりん・いんげん ほたてごはん・味噌汁
土	14	カレーうどん かぼちゃ煮	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・砂糖・醤油・塩・みりん		ジャムパン・チーズ ソフトフランスパンなど・ジャム ーロチーズ		
	28	フルーツヨーグルト	ヨーグルト・砂糖・みかん缶・もも缶・レーズン		くだもの・牛乳		

* エネルギー 559kcal たんぱく質 22.6g 脂質 18.1g *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。