

平成30年

7月の献立

向島保育園

曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
2 (月)	牛乳	鮭のマヨしょうゆ焼 おから煮 えのきのすまし汁 グレープフルーツ	ごはん	米 鮭 マヨネーズ しょうゆ おから あげ 人参 こんにゃく ちくわ ねぎ 砂糖 しょうゆ えのき 白菜 だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ ビスケット(小麦・乳) 牛乳	ビスケット 牛乳
3 (火)	牛乳	牛肉のスタミナ炒め 焼きポテト オニオンスープ キウイ	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 もやし しめじ ピーマン タレ アンパンマンポテト 玉ねぎ バセリ コンソメ 淡口しょうゆ キウイ 食パン 卵 牛乳 砂糖 牛乳	フレンチトースト 牛乳
4 (水)	牛乳	白身魚の西京焼 ほうれん草おひたし オクラにゆめん オレンジ	ひじきごはん	米 ひじきふりかけ 白身魚 白みそ みりん 砂糖 しょうゆ ほうれん草 かつおぶし しょうゆ そうめん オクラ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ おせんべい カム昆布 牛乳	星たべよ カム昆布 牛乳
5 (木)	牛乳	焼ビーフン めざし もやしとわかめのスープ 巨峰	いなり寿司	いなり寿司 ビーフン 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン しょうゆ めざし もやし ワカメ 水菜 コンソメ 淡口しょうゆ 巨峰 アイスクリーム(乳) お茶	アイスクリーム お茶
6 (金)	牛乳	ビーフカレー ツナサラダ チーズ バイナッブル 	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ カレールウ キャベツ ツナ 胡瓜 胡麻ドレッシング チーズ バイナッブル 小麦粉 卵 砂糖 バター ブルーン 牛乳	ブルーンのソフトクッキー 牛乳
7 (土)	牛乳	肉うどん 水菜のおひたし グレープフルーツ	うどん	うどん 牛肉 砂糖 しょうゆ かまぼこ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ 水菜 かつおぶし しょうゆ グレープフルーツ お菓子 お茶	お菓子 お茶
9 (月)	牛乳	赤魚のゴマ焼き 小松菜のくるみ和え 大根とあげのみそ汁 キウイ	ごはん	米 赤魚 胡麻ドレッシング 小松菜 くるみ 砂糖 しょうゆ 大根 油揚げ ねぎ だし汁 みそ キウイ おせんべい 牛乳	おせんべい 牛乳
10 (火)	牛乳	ししゃものフライ 中華サラダ 舞茸のスープ オレンジ	ごはん	米 ししゃもフライ 油 春雨 ハム 人参 胡瓜 ごま 酢 砂糖 淡口しょうゆ ゴマ油 舞茸 小松菜 人参 コンソメ 淡口しょうゆ オレンジ すいか お茶	すいか お茶
11 (水)	牛乳	他人丼 キャベツのゆかり和え 味付け小魚 バイナッブル	麦入りごはん	米 麦 牛肉 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ 砂糖 しょうゆ キャベツ ゆかり 味付け小魚 バイナッブル ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 桃缶 牛乳	もも蒸しパン 牛乳
12 (木)	牛乳	豚のみそ煮 白菜のなめたけ和え 豆腐とワカメのみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 豚肉 大根 こんにゃく ねぎ みそ 砂糖 しょうゆ 白菜 なめたけ 豆腐 ワカメ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ えびせんべい 牛乳	えびせんべい 牛乳
13 (金)	牛乳	クリームシチュー 海藻サラダ ヨーグルト パナナ 	ソフトフランス	ソフトフランス 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ブロッコリー クリームルウ 海藻ミックス キャベツ ポン酢 ヨーグルト パナナ プリン(卵・乳) 生クリーム みかん缶 牛乳	プリンアラモード 牛乳
14 (土)	牛乳			お 弁 当 ・ コ ッ プ 持 参	お菓子 お茶
17 (火)	牛乳	白身魚のチーズ焼き ナスの田楽 麩のすまし汁 キウイ 	ごはん	米 白身魚 チーズ バセリ なす 田楽みそ ごま ふ ほうれん草 だし汁 淡口しょうゆ キウイ 団子粉 豆腐 きな粉 砂糖 牛乳	豆腐だんご(きなこ) 牛乳
18 (水)	牛乳	親子丼 胡瓜の酢の物 チーズ グレープフルーツ	ごはん	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ 砂糖 しょうゆ 胡瓜 じゃこ わかめ 酢 砂糖 淡口しょうゆ チーズ グレープフルーツ キャベツ 豚バラ お好み焼き粉 卵 天かす ソース 青のり かつおぶし 牛乳	お好み焼き 牛乳
19 (木)	牛乳	ちくわのカレー揚げ 三度豆のごま和え 小松菜のすまし汁 バイナッブル	巻き寿司	巻き寿司 ちくわ 天ぷら粉 カレー粉 油 三度豆 ごま 砂糖 しょうゆ 小松菜 花麩 だし汁 淡口しょうゆ バイナッブル メロンパン(小麦・卵・乳) 牛乳	メロンパン 牛乳
20 (金)	牛乳	夏野菜カレー 味付け小魚 ブロッコリーの塩麹蒸し オレンジ 	麦入りごはん	米 麦 合挽きミンチ かぼちゃ アスパラ コーン 人参 玉ねぎ じゃが芋 ゴーヤ カレールウ ブロッコリー 塩麹 味付け小魚 オレンジ パイ(小麦) 牛乳	パイ 牛乳
21 (土)	牛乳	ラーメン 小松菜のかつお和え パナナ	中華めん	中華めん 焼豚 なんと もやし コーン ねぎ ウエイパー しょうゆ 小松菜 かつおぶし しょうゆ パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
23 (月)	牛乳	鯖の梅焼き チンゲン菜の煮びたし じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 バイナッブル	ごはん	米 鯖 梅肉 みそ みりん 料理酒 チンゲン菜 人参 あげ 砂糖 しょうゆ じゃが芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ バイナッブル ぶどうジュース もも缶 砂糖 アガー 牛乳	ぶどうゼリー 牛乳
24 (火)	牛乳	オムレツ ブロッコリーのごま和え さつま芋みそ汁 キウイ	ごはん	米 卵 ハム ほうれん草 コーン 人参 ケチャップ ブロッコリー ごま 砂糖 しょうゆ さつま芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ パウムクーヘン(小麦・卵・乳) 牛乳	パウムクーヘン 牛乳
25 (水)	牛乳	牛丼 ほうれん草ののり和え 蒸しシュウマイ パナナ	麦入りごはん	米 麦 牛肉 玉ねぎ ねぎ 砂糖 しょうゆ みりん ほうれん草 のり しょうゆ シュウマイ パナナ 食パン バター グラニュー糖 牛乳	スナックスライス 牛乳
26 (木)	牛乳	白身フライ コーンサラダ 野菜スープ ゼリー 巨峰	梅おにぎり	米 梅ふりかけ 白身フライ 油 ケチャップ キャベツ 水菜 コーン 胡瓜 和風ドレッシング 人参 ベーコン 玉ねぎ チンゲン菜 中華あじ 淡口しょうゆ ゼリー 巨峰 (4.5歳児) チョコレートケーキ(小麦・卵・乳) (3歳児・乳児) ワッフル(小麦・卵・乳) 牛乳	(4.5歳児) チョコレートケーキ (3歳児・乳児) ワッフル 牛乳
27 (金)	牛乳	ハヤシシチュー じゃこサラダ ヨーグルト オレンジ 	ロールパン	ロールパン 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ キャベツ 胡瓜 じゃこ 胡麻ドレッシング ヨーグルト オレンジ とうもろこし 牛乳	とうもろこし 牛乳
28 (土)	牛乳	きつねうどん 白菜とえのきのボン酢和え パナナ	うどん	うどん あげ 砂糖 しょうゆ かまぼこ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ 白菜 えのき ボン酢 パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
30 (月)	牛乳	ぶりの照り焼き 切干大根煮 冬瓜のすまし汁 グレープフルーツ	ごはん	米 ぶり 砂糖 しょうゆ みりん 切干大根 人参 あげ きぬさや 砂糖 しょうゆ 冬瓜 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ さつま芋 牛乳	ふかし芋 牛乳
31 (火)	牛乳	鶏じゃが 焼ししゃも 豆腐のみそ汁 オレンジ	ごはん	米 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく グリンピース 砂糖 しょうゆ ししゃも 豆腐 わかめ ねぎ だし汁 みそ オレンジ ヨーグルト ウエハース お茶	ヨーグルト ウエハース お茶



スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください



エフロンマークのある日はエフロンと三角巾を持ってきてください





