

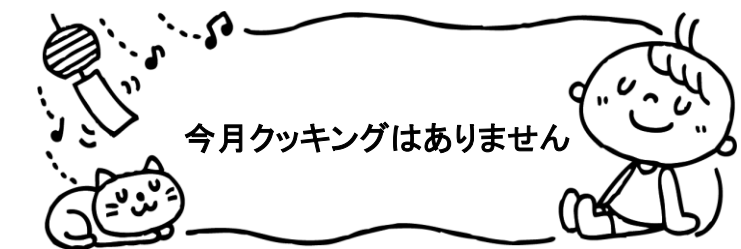


令和3年

向島保育園

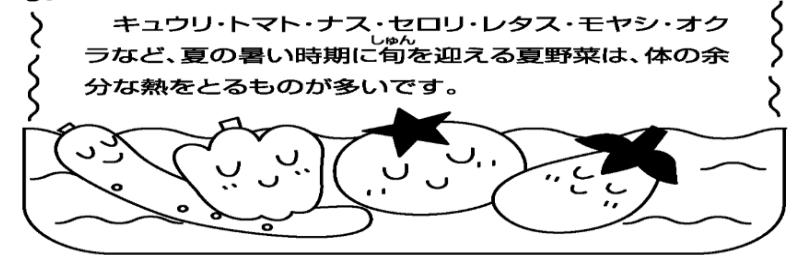
曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
2 (月)	牛乳	鯖の梅焼き 切干大根煮 白菜のすまし汁 オレンジ	ごはん	米 鯖 梅肉 みそ 酒 みりん 切干大根 人参 油揚げ 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん 白菜 玉ねぎ 人参 ネギ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ 塩せんべい 牛乳 お茶	塩せんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
3 (火)	牛乳	豚肉の生姜炒め アスパラのゆかり和え 豆腐のみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 豚肉 玉ねぎ しょうゆ 生姜 みりん アスパラ ゆかりふりかけ 豆腐 玉ねぎ ネギ だし汁 みそ グレープフルーツ 小麦粉 砂糖 バター 卵 ブルーン 牛乳 お茶	ブルーンのソフトクッキー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
4 (水)	牛乳	ビビンバ丼 マカロニサラダ ワカメスープ キウイ	麦入りごはん	米 大麦 合挽きミンチ しょうゆ 砂糖 ほうれん草 人参 もやし ごま ゴマ油 塩 マカロニ 人参 胡瓜 ハム(卵) コーン マヨネーズ(卵) ワカメ 玉ねぎ ネギ コンソメ 淡口しょうゆ キウイ ヨーグルト ウエハース お茶	ヨーグルト ウエハース お茶
5 (木)	牛乳	チキンステーキ ブロッコリーのごま和え 春雨スープ パイナップル	ごはん	米 鶏肉 ステーキソース ブロッコリー ごま しょうゆ 砂糖 春雨 玉ねぎ 人参 ほうれん草 コンソメ 淡口しょうゆ パイナップル ポテト 油 塩 牛乳 お茶	フライドポテト 牛乳(幼児) お茶(乳児)
6 (金)	牛乳	夏野菜カレー ツナサラダ 味付け小魚 オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 合挽きミンチ アスパラ コーン 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ キャベツ 胡瓜 水菜 ツナ 胡麻ドレッシング(卵) 味付け小魚 オレンジ ポップコーン 牛乳 お茶	ポップコーン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
7 (土)	牛乳	焼きそば もやしスープ パナナ	焼きそば麺	焼きそば麺 豚バラ キャベツ もやし ピーマン 人参 ソース もやし わかめ ネギ 中華あじ 淡口しょうゆ パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
10 (火)	牛乳	コロッケ じゃこピーマン ナスのみそ汁 パイナップル	セルフおにぎり (幼) ふりかけごはん (乳)	米 ふりかけ コロッケ ちりめんじゃこ ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ しょうゆ ゴマ油 ナス 玉ねぎ ネギ だし汁 みそ パイナップル ホットケーキミックス 卵 牛乳 ケーキシロップ 牛乳 お茶	ホットケーキ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
11 (水)	牛乳	親子丼 水菜のおひたし 蒸しシュウマイ オレンジ	麦入りごはん	米 大麦 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 ネギ だし しょうゆ 砂糖 みりん 水菜 かつお節 しょうゆ シュウマイ(卵) オレンジ スイカ お茶	スイカ お茶
12 (木)	牛乳	牛肉のスタミナ炒め 焼きししゃも 小松菜のすまし汁 キウイ	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし しめじ 焼肉のタレ ししゃも 小松菜 玉ねぎ 人参 だし汁 淡口しょうゆ キウイ コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク 牛乳
13 (金)	牛乳	クリームシチュー グリーンサラダ チーズ グレープフルーツ	ロールパン	ロールパン 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 パセリ クリームルウ キャベツ アスパラ 胡瓜 和風ドレッシング チーズ グレープフルーツ ビスコ 牛乳 お茶	ビスコ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
14 (土)	お茶	希望保育		お弁当・水筒持参	お菓子 お茶
17 (火)	牛乳	豚肉のみそ煮 三度豆のごま和え 卵とトマトのスープ オレンジ	ごはん	米 豚肉 大根 こんにゃく みそ ネギ だし しょうゆ 砂糖 みりん 三度豆 ナス ゴマ しょうゆ 砂糖 卵 トマト コンソメ 淡口しょうゆ オレンジ とうもろこし お茶	ゆでとうもろこし お茶
18 (水)	牛乳	牛丼 春雨サラダ ナゲット グレープフルーツ	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 玉ねぎ ネギ だし しょうゆ 砂糖 みりん 春雨 人参 胡瓜 ハム(卵) 酢 砂糖 淡口しょうゆ ナゲット ケチャップ グレープフルーツ ぶどうジュース 白桃 アガー 砂糖 牛乳 お茶	ぶどうゼリー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
19 (木)	牛乳	皿うどん 三色おひたし キウイ	胡瓜巻	胡瓜巻 揚げそば 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 しめじ もやし うずら卵 ネギ 中華あじ しょうゆ ほうれん草 人参 もやし ごま しょうゆ 砂糖 キウイ 回転焼(卵) 牛乳 お茶	回転焼 牛乳(幼児) お茶(乳児)
20 (金)	牛乳	ハヤシライス アスパラサラダ 味付け小魚 パイナップル	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ アスパラ 人参 胡瓜 コーン 和風ドレッシング 味付け小魚 パイナップル 芋けんぴ 牛乳 お茶	芋けんぴ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
21 (土)	牛乳	きつねうどん ほうれん草のかつお和え オレンジ	うどん	うどん 油揚げ 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ネギ だし汁 淡口しょうゆ ほうれん草 かつお節 しょうゆ オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶
23 (月)	牛乳	白身魚の西京焼き ひじき煮 にゅうめん キウイ	ごはん	米 カラスカレイ 白みそ 酒 みりん ひじき 人参 油揚げ こんにゃく ちくわ だし しょうゆ 砂糖 みりん そうめん ネギ だし汁 淡口しょうゆ キウイ 食パン いちごジャム 牛乳 お茶	ジャムサンド 牛乳(幼児) お茶(乳児)
24 (火)	牛乳	牛肉のしぐれ煮 胡瓜の酢の物 麩と白ネギのみそ汁 パイナップル	ごはん	米 牛肉 人参 ごぼう 糸こんにゃく 三度豆 だし しょうゆ 砂糖 みりん 胡瓜 ワカメ ちりめんじゃこ 酢 砂糖 麩 白ネギ だし汁 みそ パイナップル あられ 牛乳 お茶	あられ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
25 (水)	牛乳	豚丼 じゃこサラダ 焼きポテト グレープフルーツ	麦入りごはん	米 大麦 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ ネギ だし しょうゆ 砂糖 みりん キャベツ 胡瓜 ちりめんじゃこ 水菜 胡麻ドレッシング(卵) ポテト グレープフルーツ バームクーヘン(卵) 牛乳 お茶	バームクーヘン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
26 (木) 誕生会	牛乳	豆腐ハンバーグ ブロッコリーのかつお和え キャベツのみそ汁 ゼリー メロン	とうもろこし おにぎり	米 とうもろこし だし 昆布 塩 合挽きミンチ 豆腐 玉ねぎ パン粉 卵 牛乳 ブロッコリー かつお節 しょうゆ キャベツ 玉ねぎ 人参 ネギ だし汁 みそ ゼリー メロン ショートケーキ(卵) ワッフル(卵) 牛乳 お茶	ショートケーキ(年中・年長) ワッフル(年少・乳児) 牛乳(幼児) お茶(乳児)
27 (金)	牛乳	ポークカレー 海藻サラダ ヨーグルト オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ 海藻ミックス キャベツ ポン酢 ヨーグルト オレンジ アイスクリーム お茶	アイスクリーム お茶
28 (土)	牛乳	ミートスパゲティ 野菜スープ パナナ	スパゲティ	スパゲティ 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 ケチャップ 砂糖 小松菜 玉ねぎ 人参 ネギ コンソメ 淡口しょうゆ パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
30 (月)	牛乳	鮭のみそマヨ焼き 白菜の煮びたし ほうれん草のすまし汁 パイナップル	ごはん	米 鮭 みそ マヨネーズ(卵) 白菜 人参 しめじ 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん ほうれん草 えのき 豆腐 ネギ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル 白桃 ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 牛乳 お茶	もも蒸しパン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
31 (火)	牛乳	ツナオムレツ アスパラベーコン オニオンスープ グレープフルーツ	バケット	バケット 卵 ツナ 人参 ピーマン 赤パプリカ コンソメ 淡口しょうゆ アスパラ ベーコン(卵) しょうゆ 玉ねぎ ワカメ コンソメ 淡口しょうゆ グレープフルーツ せんべい 牛乳 お茶	せんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)

スプーンマークのある日はスプーンを持ってきましたい



今月クッキングはありません

夏野菜で熱をとりましょう



キュウリ・トマト・ナス・セロリ・レタス・モヤシ・オクラなど、夏の暑い時期に旬を迎える夏野菜は、体の余分な熱をとるものが多いです。