

7月 予定献立表

嵩見保育所

平成30年7月2日

月	火	水	木	金	土
<p>2 (星たべよ・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>豚肉の味噌炒め 豚肉、キャベツ、なす、人参、長ねぎ、にんにく、生姜、味噌、醤油、みりん、砂糖、片栗粉、油</p> <p>焼きかぼちゃ かぼちゃ、塩</p> <p>☆ごぼうさっぱりサラダ ごぼう、ツナ、人参、きゅうり、醤油、酢、砂糖、すりごま、ごま油</p> <p>ぶどう 牛乳・お茶</p> <p>☆ピザトースト 食パン、ピーマン、玉ねぎ、チーズ、ケチャップ</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>3 (バナナ・お茶) 野菜ラーメン ラーメン、豚肉、人参、干しいたけ、キャベツ、もやし、にら、うすくち醤油、塩、酒、ごま油、鶏がらスープ</p> <p>さつまいもの甘煮 さつまいも、砂糖、塩</p> <p>ひじきの三杯酢 ひじき、きゅうり、人参、かまぼこ、ごま、酢、塩、うすくち醤油、砂糖、削り節</p> <p>りんご 牛乳・お茶</p> <p>しそこんぶごはん 米、しそこんぶふりかけ</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>4 (ほたほた焼き・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>つるるんチャイナ 春雨、豚肉、人参、もやし、にら、たけのこ、干しいたけ、しめじ、生姜、塩、醤油、砂糖、酒、油</p> <p>☆うずら豆の甘煮 うずら豆、砂糖、塩</p> <p>人参ゴマサラダ 人参、きゅうり、ツナ、すりごま、酢、オリーブ油、醤油、みりん、塩</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>いちごロール 牛乳・お茶</p>	<p>5 (ビスケット・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>魚のきのこバター醤油焼き 鮭、しめじ、しいたけ、えのき、バター、醤油</p> <p>☆ピクルス きゅうり、人参、パプリカ、酢、砂糖、うすくち醤油、出し昆布</p> <p>キャベツの味噌汁 キャベツ、人参、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>オレンジ お茶</p> <p>プアマンケーキ 小麦粉、ピュアココア、砂糖、油、ベーキングパウダー</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>6 (にんじんせんべい・お茶) 牛そぼろ混ぜ寿司 米、もち米、牛肉、れんこん、ごぼう、さやいんげん、みりん、うすくち醤油、醤油、酒、酢、砂糖、塩、削り節、油</p> <p>☆小松菜と油揚げの和え物 小松菜、人参、えのき、油揚げ、砂糖、醤油</p> <p>ポトフ 鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、キャベツ、ブイヨン、塩</p> <p>バナナ 牛乳・お茶</p> <p>スパゲティーナポリタン スパゲティー、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、ケチャップ、塩、油</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>7 (サクサクポロロかぼちゃ・お茶) 豚肉と野菜の炒め丼 米、豚ミンチ、玉ねぎ、キャベツ、パプリカ、醤油、みりん、中華味、油</p> <p>豆腐の味噌汁 豆腐、人参、玉ねぎ、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>お茶</p> <p>バナナ</p> <p>ほたほた焼き お茶</p>
<p>9 (野菜スティック・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆チキンカツ 鶏肉、ソース、醤油、カレー粉、小麦粉、パン粉、油</p> <p>トマトときゅうりの甘酢和え トマト、きゅうり、酢、砂糖、塩</p> <p>ポテトスープ じゃがいも、玉ねぎ、人参、豆苗、ブイヨン、塩、うすくち醤油</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>ココア蒸しパン 蒸しパンミックス、ピュアココア</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>10 (畑のクラッカー・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>魚のひじき入り肉団子 ひじき、飛魚、玉ねぎ、パン粉、卵、塩、みりん、砂糖、醤油、油</p> <p>☆ごぼうサラダ ごぼう、人参、きゅうり、ハム、マヨドレ、ごま、うすくち醤油、砂糖</p> <p>かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ、玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、味噌、煮干し</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>スイカポンチ すいか、みかん缶、桃缶、バナナ</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>11 (ふかしいも・お茶) 三色丼 米、ツナ、卵、さやいんげん、砂糖、塩、醤油</p> <p>高野豆腐の煮物 凍り豆腐、人参、削り節、塩、砂糖、酒、みりん、うすくち醤油</p> <p>もずくの酢の物 もずく、きゅうり、酢、うすくち醤油、砂糖</p> <p>メロン 牛乳・お茶</p> <p>わらびもち 片栗粉、きなこ、砂糖、塩</p> <p>どうぶつビスケット 牛乳・お茶</p>	<p>12 (おかかせんべい・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>納豆入り卵焼き 卵、納豆、豚ミンチ、干しいたけ、豆腐、ねぎ、醤油、酒、砂糖、塩</p> <p>☆五目わかめ わかめ、油揚げ、竹輪、ピーマン、人参、砂糖、醤油、酒、油</p> <p>オクラの味噌汁 オクラ、玉ねぎ、人参、えのき、味噌、煮干し</p> <p>すいか 牛乳・お茶</p> <p>きなこドーナツ ホットケーキミックス、きなこ、豆腐、粉砂糖、油</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>13 (紫いもチップス・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆鶏肉の中華蒸し 鶏肉、長ねぎ、生姜、酒、醤油、ごま油</p> <p>さつまいもサラダ さつまいも、人参、きゅうり、マヨドレ</p> <p>春雨スープ 春雨、キャベツ、人参、ピーマン、干しいたけ、中華味、塩</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>バナナ</p> <p>ミレービスケット 牛乳・お茶</p>	<p>14 (星たべよ・お茶) 茄子入りスパゲティー スパゲティー、豚ミンチ、なす、人参、玉ねぎ、ケチャップ、醤油、塩、油</p> <p>豆腐のすまし汁 豆腐、玉ねぎ、しめじ、ねぎ、削り節、塩、うすくち醤油</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>お茶</p> <p>青りんごゼリー</p> <p>やさいすなック お茶</p>
<p>16</p> <p>海の日</p> 	<p>17 (ミレービスケット・お茶) わかめうどん うどん、鶏肉、わかめ、人参、玉ねぎ、ねぎ、油揚げ、煮干し、うすくち醤油、塩</p> <p>☆ごぼうの甘辛煮 ごぼう、人参、豚肉、砂糖、醤油</p> <p>☆れんこんとツナのサラダ れんこん、ツナ、人参、きゅうり、すりごま、酢、醤油、砂糖、ごま油</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>☆みたらし団子【松・年中・年長】 白玉粉、黒糖、醤油、片栗粉</p> <p>みたらしいも【桃・梅・桜】 さつまいも、黒糖、醤油、片栗粉</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>18 (ほたほた焼き・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆油淋鶏 鶏肉、長ねぎ、生姜、醤油、砂糖、酢、酒、ごま油、小麦粉、片栗粉</p> <p>☆パプリカともやしの胡麻酢和え パプリカ、もやし、きゅうり、ごま、醤油、酢、砂糖</p> <p>キャベツスープ キャベツ、人参、玉ねぎ、えのき、中華味、塩</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>☆どうもろこし</p> <p>畑のクラッカー 牛乳・お茶</p>	<p>19 (バナナ・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>魚のみぞれ酢かけ 鯖、きゅうり、小麦粉、酢、砂糖、塩、油</p> <p>☆小松菜のナムル 小松菜、もやし、人参、醤油、ごま、ごま油</p> <p>じゃがいもとわかめの味噌汁 じゃがいも、わかめ、人参、玉ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>りんご お茶</p> <p>☆スティックトースト 食パン、粉砂糖、ピュアココア</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>20 (ビスケット・お茶) ハヤシライス 米、牛肉、玉ねぎ、しめじ、にんにく、ハヤシルウ、トマト缶、油</p> <p>かぼちゃサラダ かぼちゃ、キャベツ、さやいんげん、マヨドレ</p> <p>枝豆 枝豆、塩</p> <p>すいか 牛乳・お茶</p> <p>パンブディング 食パン、レーズン、卵、牛乳、砂糖</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>21 (かぼちゃせんべい・お茶) マーボー丼 米、豆腐、豚ミンチ、ねぎ、玉ねぎ、人参、ピーマン、赤味噌、ごま油、油、砂糖、酒、醤油、中華味、片栗粉</p> <p>もやしスープ もやし、ピーマン、白菜、人参、中華味、塩</p> <p>オレンジ</p> <p>お茶</p> <p>バナナ</p> <p>星たべよ お茶</p>
<p>23 (野菜スティック・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>豆腐のミートマヨ焼き 豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、小麦粉、トマト缶、ケチャップ、中華味、マヨドレ、油</p> <p>まっくろくろすけサラダ ひじき、きゅうり、レタス、ピーマン、酢、醤油、ごま油、砂糖</p> <p>玉ねぎときのこ汁 玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、塩、削り節、うすくち醤油</p> <p>バナナ 牛乳・お茶</p> <p>きなこおはぎ 米、もち米、きなこ、砂糖、塩</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>24 (ふかしいも・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>ハンバーグトマトソースかけ 豚ミンチ、牛ミンチ、玉ねぎ、しめじ、上新粉、酒、塩、ケチャップ、醤油、砂糖、油</p> <p>キャベツの土佐酢和え キャベツ、人参、ひじき、酢、砂糖、醤油、削り節</p> <p>星の子スープ オクラ、えのき、人参、ブイヨン、塩</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>アイスクリーム 牛乳・お茶</p>	<p>25 (バナナ・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆魚の竜田揚げ 鯖、生姜、醤油、酒、カレー粉、片栗粉、油</p> <p>☆小松菜の胡麻和え 小松菜、キャベツ、すりごま、醤油</p> <p>なすの味噌汁 人参、なす、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>☆おから焼きドーナツ おから、上新粉、ピュアココア、砂糖、ベーキングパウダー、豆腐、粉砂糖、マーマレード</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>26 (やさいすなック・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆鶏レバーの揚げ煮 鶏レバー、醤油、酒、片栗粉、砂糖、醤油、酒、牛乳</p> <p>☆もやしサラダ もやし、きゅうり、人参、油揚げ、酢、砂糖、醤油、うすくち醤油、ごま油</p> <p>冬瓜の春雨スープ 春雨、冬瓜、人参、ピーマン、しいたけ、中華味、塩</p> <p>オレンジ お茶</p> <p>ごまクッキー 小麦粉、すりごま、黒ごま、砂糖、マーガリン、油</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>27 (ビスケット・お茶) レタスの混ぜごはん 米、鶏ミンチ、レタス、玉ねぎ、人参、しいたけ、醤油、酒、みりん、塩、中華味</p> <p>なすとトマトのシチュー 牛ミンチ、豚ミンチ、ねぎ、トマト缶、トマト、なす、じゃがいも、油、ビーフシチューの素</p> <p>☆切干大根の胡麻酢和え 切干大根、人参、ツナ、ほうれん草、ごま、酢、うすくち醤油、砂糖</p> <p>バナナ 牛乳・お茶</p> <p>サクサクきなこ おつゆ麩、マーガリン、きなこ、砂糖、塩</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>28 (ほうれん草せんべい・お茶) けんちんうどん うどん、鶏肉、ごぼう、人参、大根、焼き豆腐、ねぎ、うすくち醤油、塩、煮干し</p> <p>ひじきと大豆の煮物 ひじき、大豆、砂糖、醤油</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>お茶</p> <p>みかんゼリー</p> <p>畑のクラッカー お茶</p>
<p>30 (紫いもチップス・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>マーボーなす なす、豚ミンチ、ねぎ、玉ねぎ、人参、ピーマン、にんにく、生姜、赤味噌、油、ごま油、砂糖、酒、醤油、片栗粉</p> <p>とろろてん とろろてん、酢、砂糖、うすくち醤油</p> <p>じゃがいもの煮物 じゃがいも、削り節、砂糖、醤油</p> <p>すいか 牛乳・お茶</p> <p>お好み焼き 小麦粉、卵、キャベツ、人参、長芋、ちりめんじゃこ、ピーマン、マヨドレ、お好みソース</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>31 (バナナ・お茶) 麦ごはん 米、大麦</p> <p>ぎせい豆腐 豆腐、卵、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、干しいたけ、酒、砂糖、塩、醤油、うすくち醤油</p> <p>マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、人参、キャベツ、ツナ、マヨドレ</p> <p>モロヘイヤスープ モロヘイヤ、玉ねぎ、干しいたけ、人参、中華味、塩</p> <p>りんご 牛乳・お茶</p> <p>キャロット寒天 人参、桃缶、砂糖、レモン、粉寒天</p> <p>野菜スティック 牛乳・お茶</p>				

保育所行事、材料の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。お茶に使用する水は、有害物質を除去した安全な水です。
 上の () は3歳未満児の午前中のおやつです。延長保育の補食4は、月曜日・・・わかめごはん、火曜日・・・鮭ごはん、水曜日・・・しらすごはん、木曜日・・・ゆかりごはん、金曜日・・・青菜ごはん を提供します。