

《7月の献立表》

日(曜日)	主食	主 菜	副 菜	汁など	未満児 朝おやつ	全園児 おやつ
月 13.27	ごはん	魚のムニエル	もやしの中華和え	味噌汁	牛乳 棒チーズ	牛乳 パン
	ビタミン強化米	鮭、小麦、バター、レモン果汁	きゅうり、わかめ、人参、もやし かにかま、ごま	厚揚げ、えのき、玉ねぎ、ねぎ		牛乳 パン
火 14.28	麺	冷やしうどん	切干大根煮	バナナ	牛乳 ビスケット	塩昆布おにぎり
	うどん麺	わかめ、ねぎ、油揚げ、天かす、かまぼこ	豚肉 切干、人参、玉ねぎ、干しいたけ、インゲン	バナナ		強化ごはん 塩昆布
水 1.29	ごはん	しょうが焼き	トマト甘酢和え	味噌汁	牛乳 棒チーズ	牛乳 ホットケーキ
	ビタミン強化米	豚肉、玉ねぎ、しょうが	トマト、きゅうり、玉ねぎ、パセリ	たまねぎ、人参、キャベツ、ねぎ、		牛乳 小麦粉、BP、卵、 バター、メイプルシロップ
木 2.16.30	ごはん	鮭の塩焼き	キャベツのマヨサラダ	味噌汁	牛乳 米粉ロール クッキー	フルーツヨーグルト せんべい
	ビタミン強化米	鮭 塩	キャベツ、人参、ちくわ、コーン缶、マヨネーズ	もやし、たまねぎ、油揚げ、ねぎ		もも缶、みかん缶、バナナ ヨーグルト、せんべい
金 3.17.31	ごはん	鶏の照り焼き	春雨とハムのサラダ	すまし汁	牛乳 ビスケット	牛乳 ドーナツ
	ビタミン強化米	鶏肉	春雨、人参、きゅうり、ハム、コーン缶、マヨネーズ	豆腐、えのき、人参、ねぎ		牛乳 小麦粉 油
土 4.18	ごはん	スタミナ丼	きゅうりのゆかり和え	パイン缶	牛乳 せんべい	牛乳 お楽しみおやつ
	ビタミン強化米	豚肉、人参、たまねぎ、もやし、ニラ	きゅうり、ゆかり	パイン缶		
月 6	ごはん	白身魚フライ	納豆	味噌汁	牛乳 せんべい	牛乳 パン
	ビタミン強化米	スズキ、小麦、パン粉、マヨネーズ、ケチャップ	納豆、ねぎ	厚あげ、もやし、たまねぎ、ねぎ		牛乳 パン
火 7	ごはん	鶏のから揚げ	白菜のごま和え	お星さまスープ	飲むヨーグルト バナナ	牛乳 クッキー
	ビタミン強化米	鶏肉、にんにく、しょうが	白菜、人参、ツナ缶、すりごま	オクラ、玉ねぎ、コーン缶、人参、そうめん		小麦、バター、油、三温糖、BP 人参、南瓜
水 8.22	ごはん	ハンバーグ	コールスローサラダ	レタススープ	牛乳 せんべい	プリン せんべい
	ビタミン強化米	合いびき肉、玉ねぎ、、卵、パン粉、牛乳、ケチャップ、ウスター	キャベツ、きゅうり、人参、コーン缶、マヨネーズ	レタス、ベーコン、玉ねぎ、人参		プリンミックス、牛乳 せんべい
木 9.23	ごはん	野菜炒め	もやしのナムル	すまし汁	牛乳 もも缶	ゆかりおにぎり
	ビタミン強化米	玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ	もやし、人参、コーン	豆腐、わかめ、ねぎ、えのき		強化ごはん ゆかり
金 10.24	ごはん	ハヤシライス	カニカマサラダ	オレンジ	牛乳 ビスコ	牛乳 ジャムサンド
	ビタミン強化米	牛肉、、人参、玉ねぎ、しめじ、カレールー	キャベツ、人参、きゅうり、かにかまぼこ、コーン缶、マヨ	オレンジ		牛乳 いちごジャム
土 25	めん	ちゃんぽん	おくらごま酢和え	バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 お楽しみおやつ
	ちゃんぽん麺	豚肉、玉ねぎ、ちくわ、人参、キャベツ、ねぎ	もやし、おくら、人参	バナナ		
誕生会 15(水)	ふりかけ ごはん	鶏のから揚げ	そうめんサラダ	コンソメスープ すいか	牛乳 ビスコ	アイス ウエハース
	ビタミン強化米 ふりかけ	鶏肉、にんにく、しょうが、片栗粉	そうめん、人参、きゅうり、ツナ缶、たまねぎ、りんご、ごま	キャベツ、人参、しいたけ、ベーコン		アイス ウエハース
そうめん 流し 21	そうめん(以上児) ビタミン強化米(未 満)	鶏のから揚げ	白菜のごま和え	お星さまスープ(未満児)	飲むヨーグルト バナナ	牛乳 クッキー
	そうめん ビタミン強化 米	鶏、にんにく、しょうが	白菜、人参、ツナ缶、すりごま	オクラ、玉ねぎ、コーン缶、人参、そうめん		小麦、バター、油、三温糖、BP 人参、南瓜

魚の種類など食材調達の都合により変更する場合があります。
調味料など枠の幅の都合で入力を省いている箇所があります。ご了承ください。

