

2020年度 7月予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (水)	ごはん	米	お茶 フルーツヨーグルト/ウエハース (みかん缶、もも缶、 バナナ、ヨーグルト、砂糖)	17日 (金)	ごはん/手作りふりかけ	米、かつおぶし、昆布、砂糖、みりん、しょうゆ、ごま	牛乳 ジャムトースト (食パン、いちごジャム)
	豚しゃぶ	豚もも肉、キャベツ、きゅうり、もやし、プチトマト、みそ、ごま、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖			鮭の塩焼き	鮭、塩	
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、砂糖			ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、油	
	すまし汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、えのき、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			みそ汁	絹ごし豆腐、オクラ、じゃがいも、たまねぎ、かつお昆布だし、みそ	
2日 (木)	ゼリー	ゼリー			ゼリー		
	ラーメン	中華めん、鶏ひき肉、鶏もも肉、もやし、チンゲンサイ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩、ごま油	牛乳	18日 (土)	オープンサンド	ホットドッグパン、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ、いちごジャム	牛乳 市販菓子 チーズ
	にんじんともやしのごま和え	にんじん、もやし、水菜、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、油、白いりごま	フレンチトースト		ウィンナー		
	とうもろこし	とうもろこし	(食パン、卵、牛乳、砂糖、 バター、粉砂糖)		ヨーグルト	ヨーグルト	
ゼリー	ゼリー						
3日 (金)	ごはん	米	牛乳	20日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳 ホットドッグ (ロールパン、キャベツ、 ソーセージ、ケチャップ)
	鮭の塩焼き	鮭、塩	ごへいもち		厚揚げのツナマヨ焼き	厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、マヨネーズ、青のり	
	高野豆腐の卵とじ	高野豆腐、鶏もも肉、にんじん、いんげん、卵、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒	(米、みそ、砂糖、みりん)		トマトときゅうりのサラダ	トマト、きゅうり、ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	
	みそ汁	はくさい、たまねぎ、油揚げ、わかめ、焼き鮭、かつお昆布だし、みそ			すまし汁	たまねぎ、キャベツ、えのき、わかめ、焼き鮭、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
4日 (土) 同園会	ゼリー	ゼリー			ゼリー		
	牛丼	米、牛バラ肉、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒	牛乳	21日 (火) 誕生日会	ごはん	米	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、卵、砂糖、牛乳、 生クリーム、みかん缶、 もも缶、生さくらんぼ)
	もやしの和え物	もやし、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖	市販菓子		ハンバーグ	牛ひき肉、豚ひき肉、パン粉、牛乳、たまねぎ、塩、ウスターソース、ケチャップ	
	みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、みそ	チーズ		ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ	
		バナナ	キャベツとコーンのスープ		キャベツ、コーン、たまねぎ、えのき、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、コンソメ		
6日 (月)	ごはん	米	牛乳	22日 (水)	冷やし中華	中華麺、卵、きゅうり、もやし、ハム、プチトマト、かつお昆布だし、しょうゆ、酢、砂糖、みりん、ごま油	牛乳 ずいか/せんべい
	ポークチャップ	豚コマ肉、ピーマン、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、みりん、酒、砂糖	フルーツ白玉		枝豆	枝豆、塩	
	きゅうりとツナのサラダ	きゅうり、アスパラ、ツナ缶、酢、砂糖、塩	(みかん缶、もも缶、 水、砂糖、白玉粉)		いりこ	いりこ	
	冬瓜スープ	とうがん、しいたけ、はるさめ、鶏ひき肉、しょうが、しょうゆ、塩、かつお昆布だし	O、1歳児はきなこおはぎ		ささみの味噌マヨ焼き	鶏ささみ、長ネギ、みそ、マヨネーズ、酒、みりん、塩	
7日 (火)	ゼリー	ゼリー			ゼリー		
	七夕ちらし	米、かにかまぼこ、にんじん、干しいたけ、きゅうり、卵、米酢、砂糖、塩、しょうゆ、酒	牛乳	23日 (木)	海の日		
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、しょうゆ、みりん、砂糖	七タゼリー/ビスケット		(りんごジュース、砂糖、毒天(アガー)、 生さくらんぼ、みかん缶、もも缶、水)		
	七タそうめん(5っかけそうめん)	そうめん、プチトマト、オクラ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん					
ゼリー	ゼリー						
8日 (水)	ごはん	米	牛乳	24日 (金)	スポーツの日		
	豚肉となすの炒めもの	豚ばら肉、なす、にんじん、キャベツ、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん	ずいか/せんべい				
	ひじきサラダ	ひじき、ほうれんそう、にんじん、油揚げ、味噌、砂糖、しょうゆ、白ごま					
	すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、わかめ、しょうゆ、酒、塩					
9日 (木)	ゼリー	ゼリー					
	ミートスパゲティ	スパゲティ、合鴨ミンチ、マッシュルーム、にんじん、たまねぎ、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、酒、塩	牛乳	25日 (土)	ピピン丼	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、しょうゆ、砂糖、酒、みそ、ごま油	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
	野菜のドレッシング和え	きゅうり、レタス、パプリカ、わかめ、酢、砂糖、塩、油	フライドポテト		きゅうりの酢の物	きゅうり、酢、砂糖、塩	
	和風スープ	キャベツ、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	(じゃがいも、油、塩)		みそ汁	わかめ、焼き鮭、かつお昆布だし、みそ	
ゼリー	ゼリー						
10日 (金)	ごはん	米	牛乳	27日 (月)	カレーライス	米、牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、カレーウ、コンソメ、ケチャップ、油	牛乳 菓子パン
	鮭の味噌煮	鮭(乳児は鮭)、しょうが、しょうゆ、酒、みそ、砂糖、みりん	ホットケーキ		キャベツのサラダ	キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油	
	小松菜のじゃこ和え	小松菜、にんじん、ちりめんじゃこ、ごま、しょうゆ、みりん	(ホットケーキミックス、 牛乳、バター、油)		とうもろこし	とうもろこし	
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、えのき、わかめ、葉ねぎ、かつお昆布だし、みそ			ゼリー	ゼリー	
11日 (土)	ゼリー	ゼリー					
	チャーハン	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、コーン缶、油、しょうゆ、塩	牛乳	28日 (火)	ごはん	米	牛乳 水ようかん/せんべい (こしあん、毒天、砂糖)
	きゅうりの酢の物	きゅうり、酢、砂糖、塩	市販菓子		鮭の塩焼き	鮭、塩	
	中華スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、ごま油	チーズ		ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ、みりん	
		バナナ	冬瓜スープ		とうがん、干しいたけ、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、しょうが、しょうゆ、塩、かつお昆布だし、酒		
13日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳	29日 (水)	ごはん	米	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、 マヨネーズ、青のり)
	ゴーヤチャンプル	豚もも肉、たまねぎ、にんじん、もやし、卵、ゴーヤ、みりん、酒、しょうゆ、塩、ごま油	のりしおチーズいもち		豚肉とキャベツのみそ炒め	豚ばら肉、にんじん、キャベツ、たまねぎ、みそ、砂糖、しょうゆ、みりん	
	もやしときゅうりの酢の物	もやし、きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩	(じゃがいも、片栗粉、塩、 青のり、ピザチーズ)		切り干し大根のサラダ	切り干し大根、きゅうり、にんじん、もやし、ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、じゃがいも、えのき、かつお昆布だし、みそ			すまし汁	わかめ、しいたけ、たまねぎ、焼き鮭、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、酒	
14日 (火)	ゼリー	ゼリー			ゼリー		
	ごはん	米	牛乳	30日 (木)	ちくわ天うどん	うどん、ちくわ、小麦粉、片栗粉、青のり、かつお昆布だし、長ネギ	牛乳 わらびもち (わらび粉、砂糖、きなこ)
	鮭の竜田揚げ	鮭(乳児は鮭)、生姜、酒、しょうゆ、片栗粉、小麦粉、油	オレンジゼリー/ビスケット		ささみと野菜のごま和え	鶏ささみ、きゅうり、にんじん、ごま、しょうゆ、砂糖	
	わかめときゅうりの酢の物	わかめ、きゅうり、ちりめんじゃこ、酢、砂糖、塩	ボンジュース、みかん缶、 砂糖、毒天(アガー)、水)		枝豆	枝豆、塩	
みそ汁	たまねぎ、かぼちゃ、えのき、かつお昆布だし、みそ		ゼリー		ゼリー		
15日 (水)	ゼリー	ゼリー					
	ごはん	米	牛乳	31日 (金)	ごはん	米	牛乳 マシュマロクラッカー/チーズ (マシュマロ、バター、クラッカー)
	チキンのネギソース	鶏もも肉、たまねぎ、長ネギ、片栗粉、酒、ごま油、しょうゆ、みりん、かつお昆布だし、油	お麩のラスク		いわしの梅煮(乳児は鮭)	いわし(鮭)、生姜、梅干し、酢、酒、砂糖、しょうゆ、みりん	
	キャベツのおかか和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、みりん、かつおぶし	(焼き鮭、砂糖、バター)		ひじきのサラダ	ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ、すりごま、しょうゆ	
みそ汁	絹ごし豆腐、なす、油揚げ、わかめ、かつお昆布だし、みそ		みそ汁		絹ごし豆腐、わかめ、たまねぎ、じゃがいも、焼き鮭、かつお昆布だし、みそ		
16日 (木)	ゼリー	ゼリー			ゼリー		
	冷きつなうどん	うどん、わかめ、油揚げ、ほうれんそう、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒	牛乳				
	いりこ	いりこ	ツナのバリバリおにぎり				
	じゃがいもの甘辛揚げ煮	じゃがいも、砂糖、みそ、しょうゆ、油	(米、ツナ缶、コーンフレーク)				
ゼリー	ゼリー						

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかし・芋けんぴを日替わりで使用しています。
※日々の保育、又は納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりょうりの部屋：河田・廣田より