

2019年 7月

献立表

はすねだこども園

献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事 持ち物等	短時部 給食提供 有無
	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
01 月	肉じゃが みそ汁 納豆 りんご	油、砂糖、じゃがいも、米	油揚げ、味噌、納豆、牛肉	りんご、ねぎ、にんじん、たまねぎ、グリーンピース	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 ふ菓子	野菜ジュース ベジタべる	有
02 火	●魚のチリソース⑦魚(焼肉) ●添え野菜+マヨネーズ ⑦卵(ごま和え) チンゲン菜スープ	油、片栗粉、小麦粉、砂糖 ●マヨネーズ、米	ベーコン、●かれない	白ねぎ、ブロッコリー、ねぎ、にんにく、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、しょうが	中華粒、食塩、酒、しょうゆ、こしょう、ケチャップ	お茶 ●ヨーグルト ⑦乳	●牛乳 ★●チーズ蒸しパン ⑦卵・乳	有
03 水	豆腐と牛肉のうま煮 ピーマンのみそ炒め すまし汁	油、片栗粉、米、砂糖、おつゆ麩	木綿豆腐、味噌、牛肉	赤ピーマン、ピーマン、ねぎ、にんじん、だいこん、しょうが、しめじ	酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	●牛乳 りんご	●牛乳 アスパラガスビスケット	無
04 木	☆さらさ蒸し ⑦卵 ひじき炒り煮 みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖、つきこんにゃく、じゃがいも	☆卵、油揚げ、味噌、鶏ひき肉	干しいたけ、ひじき、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、しいたけ	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	●牛乳 きな粉ウエハース	●牛乳 しょうゆおかき (もち吉)	有
05 金	鶏肉のレモン風味 ●かみかみサラダ ⑦卵・甲殻類・ナッツ類(青じそ) ☆七夕スープ⑦卵・魚 七夕ゼリー	油、片栗粉、米、砂糖、●マヨネーズ、そうめん	鶏もも肉 ●ソフトさきすめ ●スライスアーモンド ☆かまぼこ	干しいたけ、レモン果汁、にんにく、にんじん、しょうが、きゅうり、オクラ	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし	●牛乳 ふわふわチップ	●牛乳 ★マカロニアべかわ	フォーク 有
06 土	焼そばパン 牛乳 ⑦弁当持参	焼そばめん、ロールパン	牛乳、ウインナー	ピーマン、にんじん	焼そばソース	お茶 せんべい等 ⑦持参おやつ	お茶 クッキー等 ⑦持参おやつ	無
08 月	マーボー豆腐 ☆春雨サラダ⑦卵・乳 ●ゴールドキウイ ⑦キウイ(ゼリー)	油、片栗粉、砂糖、はるさめ、ごま油、米	木綿豆腐、味噌、合挽きミンチ、☆ハム	ねぎ、にんにく、にんじん、しょうが ●ゴールドキウイフルーツ、キャベツ	中華粒、酢、食塩、しょうゆ	●牛乳 野菜スティック	●牛乳 ●プリン ⑦卵・乳	スプーン 有
09 火	●鯖の塩焼き⑦魚(ハンバーグ) オクラのごま和え みそ汁	おつゆ麩、米、砂糖	味噌、●さば、ごま	にんじん、たまねぎ、カットわかめ、オクラ	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 ごま入り味付けいりこ	お茶 ★お好み焼き	フォーク 有
10 水	☆かき揚げ⑦魚 ☆きゅうりの酢の物 ⑦魚・甲殻類 みそ汁	油、砂糖、てんぷら粉、さつまいも、米	味噌、☆ちくわ ☆かにかまぼこ	もやし、みつば、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、カットわかめ	酢、食塩、しょうゆ、かつお・煮干しだし汁	●牛乳 ひじきあられ	お茶 ★●ジャムヨーグルト ⑦乳	スプーン 無
11 木	野菜炒め コーンスープ 味付けのり ぶどう	油、米	豚肉	味付けのり、ぶどう、ピーマン、パセリ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、エリンギ、クリームコーン、コーン缶	食塩、酒、こしょう、オイスターソース、中華粒	●牛乳 黄桃缶	●牛乳 ●マリー ⑦乳	有
12 金	●えび団子⑦卵・甲殻類 (みぞれ煮) ●れんこんサラダ⑦卵・魚 (ごま和え) みそ汁	油、片栗粉、米 ●マヨネーズ	●卵、油揚げ、味噌 ●ツナ缶、ごま、●えび	れんこん、ねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 小魚スナック	●スポロン ⑦乳 ハッピーターン	5歳児 お泊り保育 有
13 土	弁当・水筒持参保育 ⑦弁当・水筒・おやつ持参保育					お茶 せんべい等 ⑦持参おやつ	お茶 クッキー等 ⑦持参おやつ	無
16 火	わかめごはん ☆ヒレカツ⑦卵 ●添え野菜⑦卵(青じそ) みそ汁 ミニデザート<すりおろしりんご>	油、小麦粉、米 ●マヨネーズ、パン粉	☆卵、油揚げ、味噌、豚肉(ヒレ)	ねぎ、にんじん、しめじ、キャベツ、混ぜ込みわかめ	食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、こしょう、ソース	●牛乳 玄米ぼんぼー	りんごジュース ●シュークリーム ⑦卵・乳・ナッツ類	誕生会 有
17 水	●チーズオムレツ ⑦卵・乳(洋風野菜炒め) アスパラソテー トマトスープ	油、米、じゃがいも	●卵、ベーコン ●チーズ	たまねぎ、コーン缶、グリーンアスパラガス、トマト、にんじん	食塩、コンソメ、こしょう	●牛乳 セサミラスク	●牛乳 ★カクテルゼリー	スプーン 無
18 木	筑前煮 キャベツの塩こぶ和え すまし汁	油、砂糖、米	鶏もも肉、ごま	干しいたけ、塩こんぶ、れんこん、みつば、にんじん、たまねぎ、しいたけ、ごぼう、キャベツ、いんげん	食塩、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	●牛乳 元気ミレービスケット	●牛乳 ●カルシウムせん ⑦魚	有
19 金	豆腐チャンプル とうもろこし おくらスープ ふりかけ<海苔香味>	油、米	木綿豆腐、豚肉、かつお節	にんじん、にがり・ゴーヤ、とうもろこし、キャベツ、オクラ、えのきたけ、たまねぎ	中華粒、食塩、酒、しょうゆ、こしょう	●牛乳 バナナ	●牛乳 ★●ごまのポロポロ クッキー ⑦卵・乳	終了式 有
20 土	ホットドッグ 牛乳 ⑦弁当持参	ロールパン	牛乳、ウインナー	キャベツ	食塩、こしょう、ケチャップ、カレー粉	お茶 ボーロ等 ⑦持参おやつ	お茶 ゼリー等 ⑦持参おやつ	無
22 月	●さんまのごま揚げ ⑦魚(から揚げ) ●冷しゃぶサラダ ⑦卵(ごま和え) みそ汁 すいか	米	油揚げ、味噌、豚肉、ごま●さんまのごま揚げ	もやし、ねぎ、にんじん、なす、たまねぎ、キャベツ、すいか	煮干しだし汁・かつおだし汁、●ごまドレッシング(マヨネーズタイプ)	●牛乳 水族館クッキー	お茶 ★●たこ焼き ⑦卵・甲殻類	フォーク 夏休み
23 火	☆ハンバーグ⑦卵・乳 いんげんソテー スープ	油、パン粉、米	☆卵、合挽きミンチ ☆牛乳、ベーコン	レタス、にんじん、たまねぎ、コーン缶、いんげん	中華粒、食塩、しょうゆ、こしょう、ケチャップ	●牛乳 玄米ぼんせん	●牛乳 ●黒糖ツイスト ⑦卵・乳	↓
24 水	☆五目炒め煮⑦卵 キャベツのゆかり和え みそ汁	油、片栗粉、米、板こんにゃく、砂糖	油揚げ、味噌、鶏こま ☆うずら卵缶	ねぎ、にんじん、たまねぎ、たけのこ、キャベツ、いんげん、ゆかり	酢、食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 鉄塩せん	●牛乳 サッポロポテト ベジタブル	↓
25 木	ホイコーロー ビーフンスープ パイナップル	油、ビーフン、砂糖、米	味噌、豚肉、ベーコン	もやし、パイナップル、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、キャベツ	中華粒、食塩、みりん、しょうゆ、こしょう	●牛乳 キヌアかりんとう	●牛乳 ●卵ボーロ ⑦卵・乳	↓
26 金	●ちくわの磯辺揚げ ⑦卵・魚(豚肉の磯辺揚げ) きんぴらごぼう なめこのみそ汁	油、砂糖、てんぷら粉、米	油揚げ、味噌 ●ちくわ、ごま	ねぎ、にんじん、なめこ、ごぼう、あおのり	煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 さかなの学校	●牛乳 ★●マヨコーントースト ⑦卵・乳	↓
27 土	ジャージャーうどん ⑦弁当持参	油、片栗粉、砂糖、うどん	味噌、豚ひき肉	ねぎ、たまねぎ、しょうが	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし	お茶 ラスク等 ⑦持参おやつ	お茶 サブレ等 ⑦持参おやつ	↓
29 月	チキン南蛮 ジャーマンポテト レタススープ	油、片栗粉、砂糖、じゃがいも、米	鶏もも肉、ベーコン	レタス、ピーマン、パセリ、にんじん、たまねぎ、コーン缶	酢、食塩、しょうゆ、コンソメ、こしょう	●牛乳 しょうゆおかき	お茶 ●バナナアイス ⑦卵・乳	スプーン ↓
30 火	●夏野菜カレー⑦乳(野菜炒め) ☆ツナサラダ⑦魚 ●フルーツヨーグルト ⑦乳(ゼリー)	油、米、砂糖	牛肉、●ヨーグルト ☆ツナ缶	ピーマン、バナナ、にんじん、なす、トマト、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、キャベツ、かぼちゃ、フルーツミックス缶	酢、食塩、コンソメ、こしょう、●カレールウ、ウスターソース	●牛乳 ポップコーン	お茶 ●おにぎりせんべい ⑦卵	↓
31 水	☆なすのミートグラタン⑦乳 ●添え野菜+マヨネーズ ⑦卵(ごま和え) 中華スープ オレンジ	油、砂糖、米 ●マヨネーズ、パン粉	合挽きミンチ、ベーコン、☆チーズ、ごま	ブロッコリー、ねぎ、にんじん、なす、トマトピューレ、たまねぎ、オレンジ	中華粒、食塩、こしょう、ケチャップ	●牛乳 赤ちゃんせんべい	●牛乳 ★●レモンヨーグルト ドーナツ ⑦卵・乳	↓

