

献立予定表

2017年07月

愛信保育園



日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
			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
1 土	かやくご飯 さつまいも汁 メロン	牛乳 おかし	米、さつまいも、板こんにゃく、ごま油	牛乳、鶏肉、豚肉、焼き豆腐、豆みそ、油揚げ、しらす干し	にんじん、メロン、ごぼう、糸みつば、ねぎ、干しいたけ
2 日					
3 月	ごはん チャップチェ コロコロ卵焼き ボルシチ	牛乳 ミニカップゼリー・おかし	米、じゃがいも、はるさめ、ごま油	牛乳、卵、鶏肉、豚ひき肉、脱脂粉乳、チーズ	たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、ピーマン、ごぼう、キャベツ、いんげん、干しいたけ
4 火	ごはん すいか ひじきの五目煮 ししゃものから揚げ 冬瓜カレー汁	牛乳 手作り豆腐みたらし団子	米、白玉粉、片栗粉、油、砂糖、こんにゃく、ごま油	牛乳、ししゃも、絹ごし豆腐、豚ひき肉、ウインナー、ちくわ	とうがん、すいか、たまねぎ、ピーマン、にんじん、コーン缶、オクラ、ひじき
5 水	ごはん かぼちゃのそぼろ煮 たきぎ和え 味噌汁	牛乳 あげぱん	米、パン、じゃがいも、ごま油	牛乳、豚ひき肉、豆みそ、ちくわ、油揚げ、ごま	かぼちゃ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ひじき
6 木	ごはん すいか なすグラタン ちりめんニラ炒め 白菜スープ	牛乳 こさりのクッキークリームパン	米、パン、マカロニ、はるさめ、ごま油	牛乳、チーズ、しらす干し、豚ひき肉、牛ひき肉、ウインナー、ごま	すいか、なす、ホールトマト缶詰、たまねぎ、はくさい、にら、にんじん、もやし、ねぎ
7 金	かみかみ献立 れんこんチップ ごはん 夏野菜のカレー煮 チキンナゲット けんちん汁	牛乳 蒸しとうもろこし おかし	米、油、片栗粉、さといも、こんにゃく、ごま油	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、鶏肉、ウインナー	とうもろこし、なす、たまねぎ、ズッキーニ、れんこん、だいこん、ごぼう、にんじん、白ねぎ、干しいたけ、にんにく、しょうが
8 土	ツナクリームスパゲティ メロン	牛乳 おかし	スパゲティ、マーガリン	牛乳、ツナ油漬缶、脱脂粉乳	たまねぎ、マッシュルーム、かぼちゃ、メロン、にんじん、いんげん
9 日					
10 月	ごはん コロケ ひじきマリネ 中華スープ	牛乳 チーズ蒸しパン	米、三温糖、ごま油、油	牛乳、ウインナー、豚肉	だいこん、きゅうり、にんじん、キャベツ、ゆでたけのこ、ひじき、ねぎ、干しいたけ
11 火	おたんじょう会 ハヤシライス すいか ツナサラダ	手作りヨーグルト メロン みかん缶	米、じゃがいも、三温糖、ごま油	ヨーグルト(加糖)、牛肉、ツナ水煮缶	みかん、たまねぎ、すいか、にんじん、レタス、トマト、キャベツ、メロン、きゅうり、コーン缶、いんげん
12 水	ごはん ポークビーンズ じゃこスパゲティ 冬瓜の味噌汁	牛乳 こさりの黒糖スティックパン	米、パン、じゃがいも、スパゲティ、焼ふ、油	牛乳、豚肉、だいず、豆みそ、油揚げ、しらす干し、ごま	とうがん、たまねぎ、にんじん、オクラ、コーン缶、ピーマン、いんげん
13 木	きつねご飯 トックスープ メロン	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、もち、米、油、三温糖、ごま油	牛乳、鶏肉、卵、油揚げ、ごま	にんじん、メロン、焼きのり、ねぎ、干しいたけ
14 金	ごはん いんげんと豚肉の煮物 ひじきとれんこんのきんぴら サーモンクリームシチュー	牛乳 手作りマヨチーズトースト	米、じゃがいも、食パン、マヨネーズ(卵なし)、はるさめ、油、ごま油	牛乳、さけ、豚肉、粉チーズ、脱脂粉乳、ごま	たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン缶、えのきたけ、いんげん、ピーマン、マッシュルーム、れんこん、ひじき、あおのり
15 土	チキンライス ポパイスープ メロン	牛乳 おかし	米	牛乳、鶏肉、ウインナー	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、メロン、コーン缶、マッシュルーム、いんげん
16 日					

日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
			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
17 月	祭日休園です				
18 火	ごはん 焼ビーフン 青菜の土佐和え コンソメスープ	牛乳 手作りわらび餅	米、わらび餅粉、砂糖、ビーフン、三温糖、焼ふ、油	牛乳、豚肉、きな粉、かつお節	すいか、こまつな、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、いんげん、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ
19 水	ごはん マカロニグラタン ちりめんピーマン炒め スタミナスープ	牛乳 手作りカルピス寒天 おかし	米、じゃがいも、マカロニ、こんにゃく、ごま油	牛乳、カルピス、牛肉、ウインナー、チーズ、焼き豆腐、しらす干し、脱脂粉乳、ごま	たまねぎ、にんじん、ピーマン、だいこん、いんげん、ねぎ、干しいたけ、かんでん(粉)、カットわかめ
20 木	ごはん すいか 五目豆 ささみの酢の物 カレーチャウダー	牛乳 手作りピザトースト	米、じゃがいも、食パン、こんにゃく、三温糖、ごま油、油	牛乳、ツナ油漬缶、だいず、豚ひき肉、鶏ささ身、チーズ、ちくわ、ごま	たまねぎ、もやし、すいか、きゅうり、にんじん、ピーマン、コーン缶、ごぼう、パセリ、あおのり
21 金	ごはん 焼魚 ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 ドーナツ	米、じゃがいも、マヨネーズ(卵なし)	牛乳、さわら、豆みそ、ウインナー、油揚げ	かぼちゃ、なす、こまつな、たまねぎ、きゅうり、にんじん
22 土	ひじきごはん 豚汁 メロン	牛乳 おかし	米、さといも、こんにゃく	牛乳、豚肉、豆みそ、木綿豆腐、鶏肉、油揚げ	にんじん、だいこん、メロン、ごぼう、ピーマン、ひじき、ねぎ
23 日					
24 月	ごはん 魚フライ 中華サラダ コンソメスープ	牛乳 手作りミンチおやき	米、油、小麦粉、三温糖、はるさめ、ごま油	牛乳、卵、絹ごし豆腐、鶏ひき肉、ウインナー	キャベツ、たまねぎ、えのきたけ、ブロッコリー、にんじん、ねぎ、ひじき
25 火	夏野菜カレー じゃこサラダ すいか	牛乳 こさりのクリームパン	米、パン、三温糖、はるさめ、油、ごま油	牛乳、豚ひき肉、しらす干し、粉チーズ	たまねぎ、すいか、なす、きゅうり、レタス、トマト、かぼちゃ、ピーマン、ホールトマト缶詰、オクラ、カットわかめ
26 水	ごはん 鶏のから揚げ パンサンスー 味噌汁	手作りヨーグルト おかし	米、から揚げ粉、三温糖、はるさめ、ごま油、片栗粉、なたね油	ヨーグルト(加糖)、鶏肉、豆みそ、ウインナー、油揚げ、ごま	きゅうり、だいこん、なす、たまねぎ、なめこ
27 木	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい のっぺい汁	牛乳 手作りジャムサンド	米、食パン、さといも、板こんにゃく、片栗粉、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、鶏肉、油揚げ	手作りジャム、たまねぎ、にんじん、メロン、ごぼう、にら、白ねぎ、ゆでたけのこ、干しいたけ
28 金	ごはん チヂミ ちりめん酢の物 コンソメスープ	牛乳 手作り蒸しパン	米、小麦粉、砂糖、上新粉、はるさめ、ごま油、油	牛乳、卵、むきえび、しらす干し	みかん缶、きゅうり、にら、キャベツ、もやし、オクラ、にんじん、カットわかめ
29 土	なつまつり				
30 日					
31 月	ピピンパ わかめスープ	牛乳 こさりのチーズスティックパン	米、パン、焼ふ、ごま油	牛乳、豚ひき肉、ごま	もやし、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ

※食材は記載と変更になる場合があります。
 ※玄関の給食サンプルのところに、食に關するご意見ノートをおいています。
 ※何でもお気軽に声をおかけください。