様式F118

2023年07月の献立

献　立　表

チャッピー保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
										1	牛乳　野菜ハイハイン
										チキンライス	米　鶏もも肉（皮付き）　たまねぎ　ケチャップ　食塩
										海藻サラダ	キャベツ　カットわかめ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
										すまし汁	絹ごし豆腐　しめじ　みつば　かつおだし汁　しょうゆ　酒　しょうゆ（うすくち）　みりん
										牛乳	牛乳
										オレンジ	オレンジ
3　牛乳　野菜ハイハイン		4　牛乳　バナナ		5　牛乳　オレンジ		6　牛乳　さつまいも		7　ヨーグルト		8　牛乳　ハイハイン	
トマトカレー	米　鶏もも肉　にんじん　たまねぎ　じゃがいも　トマト　りんご　カレー粉　ウスターソース　ケチャップ　かつおだし汁 片栗粉	御飯	米	御飯	米	やきそば	焼きそばめん　豚肉(ばら)　もやし　ねぎ　にんじん　しょうゆ　酒　みりん　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）	鮭すし	米　さけ　きゅうり　にんじん　砂糖　酢　酒　ごま	牛丼	米　牛肉(ばら)　たまねぎ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
ごぼうサラダ	ささがきごぼう　きゅうり　にんじん　ひじき　マヨドレ　しょうゆ	赤魚の南蛮漬	あかうお　片栗粉　油　酢　しょうゆ　砂糖	麻婆かぼちゃ	豚ひき肉　にんじん　新たまねぎ　かぼちゃ　しいたけ　ねぎ　白みそ　しょうゆ　酒　みりん　酒　片栗粉	ほうれんそうの菜種和え	キャベツ　卵　ほうれんそう　しょうゆ　酒　みりん　砂糖	冷しゃぶサラダ	豚肉　とうみょう　キャベツ　ごま油　しょうゆ　酢　砂糖　みりん	キャベツのおかか和え	キャベツ　かつお節　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	小松菜のなめこ和え	こまつな　にんじん　キャベツ　なめこ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖	ブロッコリーとちくわの味噌マヨ和え	ブロッコリー　ちくわ　すりごま　白みそ　マヨネーズ　砂糖　しょうゆ	みそ汁	にんじん　油揚げ　だいこん　煮干だし汁　白みそ	七夕そうめん汁	オクラ　にんじん　干しそうめん　かつおだし汁　しょうゆ　酒　しょうゆ（うすくち）　みりん	みそ汁	さつまいも　油揚げ　たまねぎ　煮干だし汁　白みそ
		みそ汁	もやし　じゃがいも　ねぎ　煮干だし汁　白みそ	すまし汁	たまねぎ　えのきたけ　カットわかめ　かつおだし汁　しょうゆ　酒　しょうゆ（うすくち）　みりん			オレンジ	オレンジ		
				オレンジ	オレンジ						
牛乳	牛乳	きつねおにぎり	米　油揚げ　砂糖　しょうゆ　酒　みりん	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	七夕ゼリー	ぶどうジュース　ゼラチン　砂糖　水　カルピス粉かんてん	牛乳	牛乳
きな粉バターサンド	食パン　有塩バター　砂糖　きな粉			ふかし芋	さつまいも（皮付）	枝豆とチーズのいももち	じゃがいも　えだまめ　片栗粉　牛乳　とろけるチーズ　食塩　油			オレンジ	オレンジ
10　ヨーグルト		11　牛乳　バナナ		12　牛乳　オレンジ		13　牛乳　さつまいも		14　牛乳　小魚家族		15　牛乳　野菜ハイハイン	
豚汁うどん	ゆでうどん　豚肉(ばら)　にんじん　だいこん　油揚げ　ごぼう　ねぎ　白みそ　みりん　酒　しょうゆ　かつおだし汁	御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	鶏丼	米　鶏もも肉（皮付き）　たまねぎ　ねぎ　しょうゆ　酒　砂糖
オクラとなめこのサラダ	キャベツ　きゅうり　オクラ　なめこ　ひじき　しょうゆ　砂糖　みりん　酒	鮭のコーンマヨ焼き	さけ　コーン　マヨドレ　しょうゆ　食塩　パセリ粉	豆腐チャンプルー	豚肉(ばら)　もやし　木綿豆腐　にんじん　にら　卵　食塩　しょうゆ　酒　みりん	キャベツのメンチカツ	豚ひき肉　たまねぎ　キャベツ　食塩　パン粉　小麦粉　油　ウスターソース	チリコンカン	牛ひき肉　豚ひき肉　にんじん　たまねぎ　ゆで大豆　ケチャップ　ウスターソース　食塩	大根サラダ	だいこん　カットわかめ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
オレンジ	オレンジ	大豆の含め煮	にんじん　ゆで大豆　板こんにゃく　油揚げ　ひじき　砂糖　みりん　酒　しょうゆ　かつおだし汁	納豆の磯青菜和え	納豆　こまつな　にんじん　刻みのり　砂糖　しょうゆ　酒　みりん	スパゲティサラダ	スパゲティ　にんじん　きゅうり　マヨドレ	かぼちゃサラダ	かぼちゃ　きゅうり　マヨドレ	みそ汁	じゃがいも　油揚げ　みつば　煮干だし汁　白みそ
		すまし汁	もやし　絹ごし豆腐　カットわかめ　かつおだし汁　しょうゆ　酒　しょうゆ（うすくち）　みりん	みそ汁	たまねぎ　えのきたけ　ねぎ　煮干だし汁　白みそ	すまし汁	絹ごし豆腐　みつば　しめじ　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん	メキシカンスープ	はくさい　エリンギ　コーン　トマト　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）		
								オレンジ	オレンジ		
とうもろこし	とうもろこし	カルピスゼリー	カルピス　水　ゼラチン　水	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	胡麻昆布おにぎり	米　塩こんぶ　ごま　ごま油	牛乳	牛乳
				ほうれん草とチーズの蒸しパン	ホットケーキ粉　ほうれんそう　牛乳　とろけるチーズ	クリームチーズクッキー	小麦粉　砂糖　クリームチーズ　無塩バター			オレンジ	オレンジ
17		18　牛乳　バナナ		19　牛乳　オレンジ		20　牛乳　さつまいも		21　ヨーグルト		22　牛乳　ハイハイン	
海の日		ハヤシライス（和風）	米　牛肉(ばら)　にんじん　たまねぎ　じゃがいも　グリンピース　トマト　かつおだし汁　しょうゆ　ケチャップ　片栗粉	御飯	米	御飯	米	御飯	米	麻婆丼	米　豚ひき肉　木綿豆腐　にんじん　たまねぎ　ねぎ　しいたけ　しょうゆ　酒　白みそ　ごま油　砂糖
		ブロッコリーのごま和え	ブロッコリー　にんじん　ごま　しょうゆ　酒　みりん　砂糖	豚肉の生姜焼き	豚肉(肩ロース)　たまねぎ　しょうが　しょうゆ　酒　みりん	白身魚のバーベキューソース	メルルーサ　片栗粉　油　りんご　たまねぎ　レモン　しょうゆ　酒　みりん　砂糖	八宝菜	豚肉(ばら)　にんじん　たまねぎ　はくさい　こまつな　しいたけ　ねぎ　しょうゆ　ごま油　片栗粉　みりん　酒	胡瓜の塩昆布和え	きゅうり　塩こんぶ
		オレンジ	オレンジ	キャベツと胡瓜のみそドレシング	キャベツ　きゅうり　コーン　白みそ　酢　しょうゆ　油　ごま油　砂糖	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー　にんじん　しょうゆ　酒　みりん　砂糖　かつお節	バンバンジー	鶏ささ身　きゅうり　にんじん　マヨドレ　すりごま　ごま油　しょうゆ　酢　砂糖　白みそ	春雨スープ	はるさめ　にんじん　ねぎ　しょうゆ　酒　みりん　しょうゆ（うすくち）　ごま油
				すまし汁	たまねぎ　絹ごし豆腐　みつば　かつおだし汁　しょうゆ　酒　しょうゆ（うすくち）　みりん	みそ汁	木綿豆腐　キャベツ　ねぎ　煮干だし汁　白みそ	中華スープ	もやし　レタス　たまねぎ　しょうゆ　酒　みりん　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　ごま油		
								バナナ	バナナ		
		牛乳	牛乳	シスコーンヨーグルト	ヨーグルト(加糖)　シスコーン	ツナそぼろおにぎり	米　ツナ油漬缶　しょうゆ　砂糖　酒　みりん	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
		豆腐ナゲット	鶏ひき肉　木綿豆腐　片栗粉　食塩　油					フレンチトースト	食パン　牛乳　砂糖　卵　粉糖	オレンジ	オレンジ
24　牛乳　野菜ハイハイン		25　牛乳　バナナ		26　牛乳　オレンジ		27　牛乳　さつまいも		28　ヨーグルト		29　牛乳　野菜ハイハイン	
夏野菜カレー	米　鶏もも肉　にんじん　たまねぎ　ピーマン　なす　かぼちゃ　オクラ　りんご　カレー粉　ケチャップ　ウスターソース　かつおだし汁　片栗粉	御飯	米	冷やし中華	ゆで中華めん　ハム　きゅうり　コーン　しょうゆ　みりん　かつおだし汁	御飯	米	御飯	米	とんとん丼	米　豚肉(肩ロース)　たまねぎ　ねぎ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
三色酢の物	だいこん　きゅうり　にんじん　砂糖　しょうゆ（うすくち）　酢　みりん	鰆のごまみそ焼き	さわら　白みそ　みりん　酒　砂糖	ブロッコリーのツナ和え	ブロッコリー　にんじん　ツナ油漬缶　しょうゆ　砂糖　酒　みりん	鶏肉の甘酢揚げ	鶏肉　片栗粉　油　しょうゆ　砂糖　酢	じゃがいものそぼろ煮	牛ひき肉　豚ひき肉　じゃがいも　片栗粉　しょうゆ　砂糖　みりん　酒	もやしの和え物	もやし　にんじん　カットわかめ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	オクラと豆腐の梅サラダ	オクラ　木綿豆腐　きゅうり　梅肉　刻み海苔　しょうゆ　砂糖　酒　みりん	バナナ	バナナ	ほうれんそうのしらす和え	ほうれんそう　キャベツ　にんじん　しらす干し　しょうゆ　マヨドレ	胡瓜とじゃこの酢の物	きゅうり　キャベツ　しらす干し　カットわかめ　酢　しょうゆ（うすくち）　砂糖　みりん		
		すまし汁	だいこん　えのきたけ　みつば　かつおだし汁　しょうゆ　酒　しょうゆ（うすくち）　みりん			みそ汁	生揚げ　たまねぎ　カットわかめ　煮干だし汁　白みそ	みそ汁	木綿豆腐　たまねぎ　ねぎ　白みそ　煮干だし汁	みそ汁	たまねぎ　木綿豆腐　ねぎ　煮干だし汁　白みそ
						オレンジ	オレンジ				
ぶどうゼリー	ぶどうジュース　ゼラチン　砂糖　水	牛乳	牛乳	さつまいもおにぎり	米　さつまいも（皮付）　黒ごま　食塩　昆布だし汁	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
		きなこサブレ	小麦粉　片栗粉　きな粉　砂糖　牛乳　油			バターケーキ	ホットケーキ粉　無塩バター　砂糖　卵　牛乳　脱脂粉乳	ホットドック	ロールパン　ウインナーソーセージ　キャベツ　ケチャップ　カレー粉	オレンジ	オレンジ
31　牛乳　小魚家族											
焼き肉丼	米　牛肉(ばら)　にんじん　たまねぎ　もやし　にら　酒　砂糖　しょうゆ　りんご　たまねぎ　ごま油　みりん										
春雨サラダ	はるさめ　きゅうり　にんじん　酢　砂糖　酒　みりん　しょうゆ　ごま油										
すまし汁	はくさい　えのきたけ　カットわかめ　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん										
バナナヨーグルト	ヨーグルト(加糖)　バナナ										