様式F118

2023年07月の献立

# 献　立　表

汐江ふたば保育園

| 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 | 芋チップス | 4 牛乳 | コーンフロスティ | 5 牛乳 | バナナ | 6 牛乳 | 野菜家族 | 7 牛乳 | お子様せんべい | 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 カレールウ 油 | 御飯 | 米 | 御飯 | 米 | わかめ御飯 | 米 炊き込みわかめ | 鮭ずし | 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 マヨネーズ しょうゆ | あじ(赤魚)の南蛮漬 | (幼)あじ (乳)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 ごま油 | やきそば | 焼きそばめん 豚肉(ばら) もやし ねぎ にんじん 焼きそばソース 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 | 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 | 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 | みそ汁 | にんじん 油揚げ だいこん 煮干だし汁 白みそ | バナナ | バナナ | | |
| | | | | 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 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 牛乳 | 芋けんぴ | 11 牛乳 | バナナ | 12 牛乳 | コーンフロスティ | 13 牛乳 | 野菜家族 | 14 | ヨーグルト | 15 牛乳 | 野菜ハイハイン |
| ごま塩御飯 | 米 黒ごま 食塩 | 御飯 | 米 | 御飯 | 米 | 御飯 | 米 | 食パン | 食パン | 鶏丼 | 米 鶏もも肉(皮付き) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 砂糖 |
| 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 | 鮭のコーンマヨ焼き | さけ コーン(冷凍) マヨネーズ 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 中濃ソース | チリコンカン | 合い挽きミンチ にんじん たまねぎ ゆで大豆 ケチャップ 中濃ソース 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 |
| | | 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 マヨネーズ | かぼちゃサラダ | かぼちゃ きゅうり マヨネーズ | | |
| 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 | 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 トマト コーン(冷凍) コンソメ しょうゆ(うすくち) 酒 | みそ汁 | じゃがいも 油揚げ みつば 煮干だし汁 白みそ |
| | | オレンジ | オレンジ | バナナ | バナナ | | | | | | |
| 牛乳 | 牛乳 | カルピスゼリー | カルピス 水 ゼラチン 水 | 牛乳 | 牛乳 | とうもろこし | とうもろこし | 胡麻昆布おにぎり | 米 塩こんぶ ごま ごま油 | 牛乳 | 牛乳 |
| クリームチーズクッキー | 小麦粉 砂糖 クリームチーズ バター | | | 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 | | | | | オレンジ | オレンジ |
| 17 | | 18 牛乳 | コーンフロスティ | 19 牛乳 | バナナ | 20 牛乳 | 野菜家族 | 21 牛乳 | お子様せんべい | 22 牛乳 | ハイハイン |
| 海の日 | | ハヤシライス | 米 牛肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも グリンピース(冷凍) ハヤシルウ | 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 中華だしの素 | 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(冷凍) 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 マヨネーズ 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 中華だしの素 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 | 芋けんぴ | 25 牛乳 | コーンフロスティ | 26 牛乳 | バナナ | 27 牛乳 | 野菜家族 | 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 カレールウ りんご | 御飯 | 米 | ごま塩御飯 | 米 黒ごま 食塩 | 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 | 鯖・鰆のごまみそ焼き | (幼)さば (乳)さわら 白みそ みりん 酒 砂糖 ごま | 冷やし中華 | ゆで中華めん ハム きゅうり コーン(冷凍)しょうゆ みりん かつおだし汁 ごま油 | 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 | 合い挽きミンチ 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 | 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 | 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 マヨネーズ | 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 | みそ汁 | たまねぎ 木綿豆腐 ねぎ 煮干だし汁 白みそ |
| | | 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 | オレンジ | オレンジ | 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 | | |
| | | | | | | バナナ | バナナ | | | | |
| 牛乳 | 牛乳 | ぶどうゼリー | ぶどうジュース ゼラチン 砂糖 水 | 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 | | | | | マーブルケーキ | ホットケーキ粉 無塩バター 砂糖 卵 牛乳 脱脂粉乳 ココア(幼児のみ) | 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 | 芋チップス | | | | | | | | | | |
| 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 中華だしの素 | | | | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | | | | |