



7月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき保育園
みつき乳児保育園

| | 献立名 | 材料名 | おやつ |
|-----------|---|---|---|
| 1 (金) | 元気もりもり丼 ゆかり和え 味噌汁 オレンジ | 米・牛肉・油・キャベツ・もやし・玉葱・人参・生姜・にんにく・酒 みりん・砂糖・醤油 大根・トマト・ゆかり 玉葱・椎茸・かぼちゃ・味噌 オレンジ | ハッピーターン シュガーパイ (パイシート・グラニュー糖) |
| 2 (土) | チキンライス スープ バナナ | 米・鶏肉・ミックスベジタブル・玉葱・鶏ガラスープの素・ケチャップ・油 キャベツ・人参・じゃが芋・えのき・鶏ガラスープの素 バナナ | スティックビスケット おにぎり |
| 4 (月) | ごはん 肉豆腐 和え物 味噌汁 オレンジ | 米 豚肉・油・豆腐・糸こんにゃく・玉葱・人参・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒 きゅうり・大根・醤油・かつお節 しめじ・じゃが芋・人参・カットわかめ・味噌  オレンジ | 野菜スティック 抹茶クッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 無塩バター・生クリーム・抹茶) |
| 5 (火) | ごはん 鶏肉の塩唐揚げ 和え物 味噌汁 バナナ | 米 鶏肉・塩麴・醤油・砂糖・こしょう・生姜・にんにく・片栗粉・揚げ油 ほうれん草・キャベツ・切干大根・醤油 大根・玉葱・椎茸・葱・味噌 バナナ | ビスケット 小倉団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・ゆで小豆) |
| 6 (水) | ごはん カレイの昆布あんかけ 和え物 味噌汁 オレンジ | 米 カレイ・片栗粉・揚げ油・塩こんぶ・葱・酒・みりん・薄口 小松菜・もやし・人参・醤油・砂糖・すりごま 油揚げ・玉葱・かぼちゃ・味噌 オレンジ | ソフトせんべい じゃがまるくん (じゃが芋・片栗粉・ピザチーズ バター・もみのり) |
| 7 (木) | 七タカレー 天の川サラダ チーズ スイカ | 米・豚挽肉・油・玉葱・人参・コーン・じゃが芋・カレールウ オクラ・人参・春雨・酢・薄口・砂糖・ごま油 スティックチーズ スイカ  | ハッピーターン カラフル寒天 (オレンジジュース・りんごジュース ぶどうジュース・粉寒天・砂糖) |
| 8 (金) | ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き 納豆和え 味噌汁 オレンジ | 米 鶏肉・醤油・マヨネーズ もやし・ほうれん草・人参・納豆・醤油・もみのり 玉葱・椎茸・豆腐・葱・味噌 オレンジ | 野菜せんべい 人参蒸しパン (ホットケーキミックス・人参・油・砂糖 豆乳) |
| 9 (土) | 中華風ごはん 中華スープ バナナ | 米・豚肉・ごま油・人参・椎茸・白葱・砂糖・醤油・塩・こしょう・中華だしの素 玉葱・青梗菜・えのき・もやし・中華だしの素 バナナ  | ビスケット おにぎり |
| 11 (月) | ごはん ハンバーグ カレー風味和え スープ オレンジ | 米 豚挽肉・人参・玉葱・米粉パン粉・塩・こしょう・ケチャップ きゅうり・もやし・ツナ・酢・砂糖・薄口・油・カレー粉 コーン・玉葱・じゃが芋・鶏ガラスープの素 オレンジ | クラッカー もちもちさつま芋パン (白玉粉・砂糖・さつま芋・豆乳・油) |
| 12 (火) | ごはん 鶏の天ぷら 和え物 味噌汁 スイカ | 米 鶏肉・塩・こしょう・小麦粉・あおのり・薄口・揚げ油 人参・小松菜・切干大根・醤油・かつお節 油揚げ・人参・なす・葱・味噌  スイカ | ソフトせんべい ジャムマフィン (ホットケーキミックス・いちごジャム 豆乳・油) |
| 13 (水) | ラーメン バンサンスー オレンジ | 生中華麺・焼豚・ごま油・玉葱・人参・椎茸・もやし・白葱・塩・薄口 中華だしの素・酒・こしょう きゅうり・春雨・ツナ・すりごま・酢・薄口・砂糖・ごま油 オレンジ | スティックビスケット 塩むすび  (米・塩・味付けのり) |
| 14 (木) | ごはん 鮭の西京焼き 切干大根の煮物 すまし汁 バナナ | 米 鮭・味噌・酒・砂糖・醤油 切干大根・人参・油揚げ・酒・砂糖・薄口・みりん 人参・玉葱・豆腐・カットわかめ・塩・薄口 バナナ | 野菜せんべい ココアドーナツ (ホットケーキミックス・絹ごし豆腐・砂糖 ココア・揚げ油) |
| 15 (金) | ごはん  とんかつ おかか和え 味噌汁 スイカ | 米 豚肉・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・とんかつソース 人参・きゅうり・オクラ・かつお節・醤油 しめじ・玉葱・かぼちゃ・味噌 スイカ | 野菜スティック きなこトースト (食パン・きなこ・砂糖・マーガリン) |

| | 献立名 | 材料名 | おやつ |
|-----------|--|---|--|
| 16 (土) | 豚しぐれごはん 味噌汁 バナナ | 米・豚肉・生姜・油・醤油・砂糖・もみのり 大根・人参・油揚げ・玉葱・葱・味噌 バナナ | ビスケット おにぎり |
| 18 (月) | <div></div> <h1>海の日</h1> | | |
| 19 (火) | ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 和え物 味噌汁 オレンジ | 米 鶏肉・白葱・塩・酒 人参・小松菜・ツナ・醤油 しめじ・玉葱・豆腐・カットわかめ・味噌 オレンジ | ハッピーターン かぼちゃクッキー (小麦粉・かぼちゃ・無塩バター・砂糖)  |
| 20 (水) | ごはん 鯖の煮付け 納豆和え 味噌汁 スイカ | 米 鯖・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖 人参・キャベツ・ほうれん草・納豆・醤油 椎茸・人参・玉葱・味噌 スイカ | ビスケット じゃこマヨクラッカー (クラッカー・しらす干し・コーン・ごま マヨネーズ・ピザチーズ) |
| 21 (木) | にんじんパン レバーのケチャップ煮 夏野菜サラダ スープ バナナ | にんじんパン 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・ケチャップ トマト・きゅうり・コーン・酢・砂糖・薄口・油・かつお節 じゃが芋・えのき・キャベツ・鶏ガラスープの素 バナナ | スティックビスケット ひじきおにぎり (米・鶏挽肉・人参・ひじき・酒・みりん 砂糖・醤油) |
| 22 (金) | ごはん 豚肉の生姜焼き しらす和え 味噌汁 オレンジ | 米 豚肉・生姜・玉葱・酒・みりん・醤油・砂糖・油 モロヘイヤ・キャベツ・しらす干し・もみのり・醤油 玉葱・人参・葱・味噌 オレンジ | 野菜せんべい ゼリー |
| 23 (土) | 中華菜飯 スープ バナナ | 米・豚挽肉・ごま油・人参・椎茸・青梗菜・コーン・酒・塩・醤油 中華だしの素 しめじ・にら・豆腐・春雨・中華だしの素 バナナ | クラッカー おにぎり |
| 25 (月) | ごはん 卵焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ | 米 卵・鶏肉・えのき・みつば・塩・薄口・みりん・砂糖 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 椎茸・玉葱・葱・味噌 オレンジ | 野菜スティック ほうれん草蒸しパン (ホットケーキミックス・ほうれん草 豆乳・油・砂糖) |
| 26 (火) | ごはん 五目豆 和え物 味噌汁 スイカ | 米 鶏肉・油・大豆・人参・椎茸・板こんにゃく・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口 きゅうり・人参・ツナ・砂糖・醤油 えのき・玉葱・豆腐・味噌 スイカ | ソフトせんべい フルーツポンチ (白玉粉・絹ごし豆腐・もも缶・りんご) ※0〜2歳児：砂糖・水 3〜5歳児：サイダーです。 |
| 27 (水) | ごはん 鯖の竜田揚げ 昆布和え 味噌汁 バナナ | 米 鯖・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 キャベツ・切干大根・もやし・塩こんぶ 椎茸・油揚げ・なす・カットわかめ・味噌 バナナ | ハッピーターン マカロニきなこ (マカロニ・きなこ・砂糖・塩) |
| 28 (木) | 枝豆ごはん 鶏肉の塩麴焼き 小松菜の煮浸し 味噌汁 ぶどう | 米・豚挽肉・油・玉葱・人参・枝豆・中華だしの素・酒・塩・醤油 鶏肉・塩麴・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖 小松菜・人参・油揚げ・醤油・みりん しめじ・かぼちゃ・葱・味噌 ぶどう | ビスケット とうもろこし (とうもろこし・塩)  |
| 29 (金) | ごはん 麻婆なす 中華きゅうり スープ バナナ | 米 豚挽肉・ごま油・玉葱・人参・椎茸・なす・白葱・生姜・にんにく・酒 味噌・テンメンジャン・醤油・砂糖・片栗粉 きゅうり・醤油・塩こんぶ・ごま油・ごま もやし・にら・コーン・春雨・中華だしの素 バナナ | 野菜せんべい クラッカーサンド (クラッカー・りんごジャム)  |
| 30 (土) | 五目ごはん 具たくさん汁 オレンジ | 米・鶏肉・人参・椎茸・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 えのき・玉葱・人参・葱・豆腐・味噌 オレンジ | スティックビスケット おにぎり |