

7月幼児食献立表

みのり乳児保育園

献立名		材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 火	ごはん 牛肉のスタミナ炒め 南瓜の煮物 油揚げの味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・キャベツ・人参・玉葱・醤油・酒・オイスター・にんにく 南瓜・砂糖・醤油 油揚げ・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	野菜ハイハイ・牛乳 豆乳プリン・牛乳 豆乳・砂糖・ゼラチン・メープルシロップ
2 水	ごはん カレイのねぎ塩焼き 冬瓜のそぼろあんかけ 豆腐の味噌汁 くだもの	米 カレイ・塩・醤油・みりん・酒・葱 冬瓜・鶏挽肉・砂糖・醤油・片栗粉 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	とろべー・牛乳 茹でとうもろこし・牛乳 とうもろこし
3 木	豆乳担々麺 ひじきとじやが芋の炒り煮 胡瓜とホタテのサラダ くだもの	中華麺・豚挽肉・人参・玉葱・チンゲン菜・コーン缶・葱・砂糖 味噌・中華だし・豆乳・生姜・にんにく・ごま ひじき・じやが芋・醤油・みりん・砂糖 胡瓜・キャベツ・人参・ホタテ缶・マヨネーズ	ハイハイ・牛乳 焼きおにぎり・牛乳 米・醤油・みりん・砂糖・ごま油・ごま
4 金	ごはん 鶏の照り焼き おくらのごま和え 南瓜の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・みりん・醤油 おくら・人参・キャベツ・かつお節・ごま・醤油 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 お花しゅうまい・牛乳 豚挽肉・玉葱・とうもろこし・生姜・酒 砂糖・醤油・塩・片栗粉・ごま油・しゅうまい皮
5 土	豚ねぎ塩昆布丼 人参の味噌汁 くだもの	米・豚ばら肉・玉葱・葱・塩昆布・豆乳バター・醤油 人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	おやつ・牛乳 いちごロール・牛乳
7 月	七夕誕生会 サラダ寿司 牛肉とにらの炒め物 冬瓜の味噌煮 すまし汁 くだもの	米・鮭・胡瓜・大葉・人参・コーン缶・酢・砂糖・塩・ごま 牛ばら肉・人参・にら・醤油・酒・オイスター・にんにく・ごま油 冬瓜・味噌・醤油・酒・砂糖 えのき・玉葱・豆腐・わかめ・おくら・醤油	野菜ハイハイ・牛乳 七夕サブレ・牛乳 上新粉・豆乳バター・砂糖・レモン・グラニュー糖
8 火	ごはん サワラのコーンマヨ焼き チヨレギサラダ 肉じやが くだもの	米 サワラ・塩・小麦粉・マヨネーズ・クリームコーン・バセリ粉 キャベツ・人参・竹輪・もみのり・醤油・ごま油・ごま 牛ばら肉・玉葱・人参・じやが芋・白滝・砂糖・醤油・酒	干しぶどう・牛乳 冷やしたぬきうどん・牛乳 うどん・葱・天かす・醤油・みりん・砂糖
9 水	夏野菜のキーマカレー 金時豆煮 ツナサラダ くだもの	米・合挽肉・玉葱・人参・南瓜・なす・ズッキーニ・トマト カレールウ・ケチャップ・ウスター 金時豆・砂糖・醤油 キャベツ・人参・ブロッコリー・ツナ・マヨネーズ・塩	黒ごまビスケット・牛乳 抹茶どら焼き・牛乳 上新粉・白玉粉・砂糖・抹茶・ゆで小豆
10 木	黒糖パン 鶏肉のトマト煮 ズッキーニとえのきのソテー 冬瓜の中華スープ くだもの	黒糖パン 鶏もも肉・玉葱・しめじ・オリーブ油・トマト缶・梅シロップ・バセリ粉 ズッキーニ・えのき・ベーコン・塩・ガーリックパウダー 冬瓜・豚挽肉・玉葱・人参・葱・中華だし・酒・塩・ごま 塩昆布・ごま	とろべー・牛乳 しそ天かすおにぎり・牛乳 米・天かす・醤油・みりん・砂糖・大葉
11 金	ごはん 豚肉の生姜焼き もみのり和え じやが芋の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・玉葱・生姜・油・醤油・みりん キャベツ・モロヘイヤ・人参・醤油・もみのり・ごま じやが芋・人参・玉葱・えのき・葱・味噌	ハイハイ・牛乳 南瓜もち・牛乳 南瓜・白玉粉・油・醤油・砂糖・みりん もみのり
12 土	中華風ごはん わかめスープ くだもの	米・焼豚・人参・玉葱・コーン缶・オイスター・醤油・塩・ごま油 わかめ・玉葱・人参・中華だし・醤油・ごま	おやつ・牛乳 いちごジャムサンド・牛乳 食パン・いちごジャム
14 月	ごはん 鶏のオーロラソース ひじきの煮物 キャベツの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・小麦粉・ケチャップ・マヨネーズ ひじき・人参・油揚げ・醤油・砂糖・ごま油・かつお節・ごま キャベツ・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 チチミ・牛乳 上新粉・片栗粉・豚ばら肉・にら・コーン缶 塩・豆乳チーズ・酢・醤油・砂糖・ごま油
15 火	ごはん ピザハンバーグ 人参ごまサラダ じやが芋とのりの中華スープ くだもの	米 合挽肉・玉葱・ピーマン・とうもろこし・パン粉・塩・ケチャップ 砂糖・にんにく・オリーブ油・豆乳チーズ 人参・胡瓜・ブロッコリー・ツナ・酢・醤油・砂糖・ごま じやが芋・人参・キャベツ・春雨・葱・中華だし・醤油・ごま油・もみのり	野菜ハイハイ・牛乳 レーズンスコーン・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳バター 干しぶどう

☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。

☆マヨネーズ・パン類・麺類・加工肉・バター・チーズ・ホットケーキ粉は全て卵乳不使用のものを使用しています。

☆今月は旬の食材としてなす・おくら・モロヘイヤ・レタス・冬瓜・胡瓜・ピーマン・とうもろこし・大葉などを取り入れています。

☆調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。

献立名		材料名	朝おやつ・午後おやつ
16 水	ごはん 牛肉と南瓜のバター醤油炒め さつま芋の甘煮 おくらの味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・南瓜・玉葱・豆乳バター・醤油・塩・にんにく さつま芋・砂糖・醤油 おくら・人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	干しぶどう・牛乳 バナナきなこ・牛乳 バナナ・きなこ・砂糖・塩
17 木	鮭のクリームパスタ きんぴらごぼう 焼き南瓜 くだもの	スパゲティ・鮭・玉葱・人参・しめじ・豆乳・上新粉・豆乳バター・コンソメ・塩・にんにく・バセリ粉 ごぼう・人参・砂糖・醤油・ごま油・ごま 南瓜・塩・青のり・ガーリックパウダー	黒ごまビスケット・牛乳 中華おこわおにぎり・牛乳 米・もち米・豚挽肉・人参・葱・酒・醤油・塩・オイスター・砂糖・みりん・ごま油
18 金	祭 乳児わくわくフェスタ		
19 土	梅しそごはん 具だくさん汁 くだもの	米・しらす・梅干し・大葉・醤油・ごま 豆腐・玉葱・人参・じやが芋・葱・味噌	おやつ・牛乳 ぶどうゼリー・ルヴァン・牛乳
21 月	海の日		
22 火	ごはん 鶏のかば焼き風 切干大根の煮物 夏野菜マーボー ^{くだもの}	米 鶏もも肉・小麦粉・醤油・みりん・酒・砂糖 切干大根・人参・油揚げ・砂糖・醤油・みりん・かつお節 豆腐・豚挽肉・玉葱・なす・トマト・ピーマン・ごま油・味噌・醤油・酒・砂糖 じやが芋・塩・片栗粉・豆乳バター・もみのり	とろべー・牛乳 じやが丸くん・牛乳
23 水	ぶどうパン ポークソテー・レモンバター ^{くだもの} ビーマン・ツナの中華和え 和風ポトフ	ぶどうパン 豚ロース肉・小麦粉・豆乳バター・バセリ粉・醤油・みりん・レモン汁 ビーマン・人参・ツナ・醤油・中華だし・砂糖・かつお節 鶏もも肉・玉葱・人参・じやが芋・キャベツ・豆乳バター・中華だし・醤油	ハイハイ・牛乳 わかめおにぎり・牛乳 米・炊き込みわかめ・ごま
24 木	ごはん カレイのみりん漬け焼き 和風サラダ なめこ汁 くだもの	米 カレイ・酒・みりん・醤油 胡瓜・キャベツ・人参・わかめ・醤油・砂糖・酢・油・かつお節 なめこ・玉葱・キャベツ・豆腐・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 りんごの紅茶ケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・紅茶葉・豆乳・りんご・砂糖・豆乳バター
25 金	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 胡瓜の納豆和え 麩の味噌汁 くだもの	米 鶏レバー・生姜・ごま油・醤油・砂糖・酒 納豆・胡瓜・キャベツ・人参・醤油・砂糖・ごま・もみのり・かつお節 汁麩・玉葱・人参・えのき・わかめ・葱・味噌	野菜ハイハイ・牛乳 シュガーパイ・牛乳 餃子の皮・豆乳バター・グラニュー糖
26 土	チキンライス もやしスープ くだもの	米・鶏もも肉・玉葱・人参・ビーマン・コーン缶・ケチャップ・ウスター・塩 もやし・人参・玉葱・えのき・葱・中華だし・醤油・酒	おやつ・牛乳 お芋パン・牛乳
28 月	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 のりじやこ和え なすの味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・刻み昆布・生姜・砂糖・酒・醤油 ほうれん草・キャベツ・人参・しらす・醤油・もみのり・ごま なす・玉葱・豆腐・わかめ・葱・味噌	干しぶどう・牛乳 南瓜コロッケ・牛乳
29 火	ごはん 鮭のバター醤油焼き 春雨サラダ 冬瓜の味噌汁 くだもの	米 鮭・小麦粉・バセリ粉・豆乳バター・醤油・レモン汁 春雨・人参・胡瓜・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま 冬瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 水ようかん・牛乳 粉寒天・こしあん・砂糖
30 水	ごはん 梅しそつくね焼き 人参きんぴら しめじの味噌汁 くだもの	米 鶏挽肉・梅干し・大葉・玉葱・葱・砂糖・塩・酒・醤油・片栗粉 人参・えのき・ごま油・砂糖・醤油・ごま しめじ・玉葱・キャベツ・豆腐・葱・味噌	とろべー・牛乳 和風ポテト・牛乳 じやが芋・青のり・ゆかり・ごま・塩
31 木	ごはん 牛肉とごぼうの味噌炒め ひじきサラダ ねぎごまスープ くだもの	米 牛ばら肉・ごぼう・白滝・生姜・味噌・酒・みりん・砂糖 ひじき・人参・胡瓜・とうもろこし・マヨネーズ・醤油 豚挽肉・キャベツ・春雨・葱・生姜・酒・中華だし・醤油	ハイハイ・牛乳 五平もち・牛乳 米・もち米・味噌・砂糖・みりん・酒