



# 7月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき乳児保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (火)	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 酢の物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩麹・醤油・酒・砂糖・生姜・にんにく きゅうり・もやし・ごま・砂糖・酢・薄口 人参・さつま芋・えのき・味噌 バナナ	ポン菓子 ゼリー
2 (水)	ごはん カレイの煮付け 納豆和え 味噌汁 柑橘	米 カレイ・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖 ほうれん草・キャベツ・人参・納豆・醤油・もみのり 大根・しめじ・油揚げ・味噌 柑橘	ごまポッキー スイカクッキー (米粉・砂糖・無塩バター・抹茶・食紅牛乳)
3 (木)	ごはん 鶏肉のから揚げ 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 人参・きゅうり・醤油・すりごま 人参・豆腐・葱・味噌 バナナ	スティックビスケット スイートパンプキン (かぼちゃ・バター・砂糖・生クリーム)
4 (金)	ごはん 肉豆腐 塩っぺ和え 味噌汁 スイカ	米 豚肉・糸こんにゃく・玉葱・人参・豆腐・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒・油 キャベツ・切干大根・塩こんぶ じゃが芋・しめじ・油揚げ・味噌 スイカ	チクリッパー ひまわり蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・油ココア・食紅)
5 (土)	豚しぐれごはん 味噌汁 バナナ	米・豚肉・生姜・砂糖・醤油・油 人参・さつま芋・玉葱・葱・味噌 バナナ	ごまポッキー おやつパン
7 (月)	✿セタメニュー お星さまカレー 和え物 ワインナー スイカ	米・豚挽肉・玉葱・人参・コーン・じゃが芋・カレールウ・油 きゅうり・大根・すりごま・薄口・砂糖・酢 ワインナー スイカ	ポン菓子 七夕寒天 (オレンジジュース ぶどうジュース・寒天・砂糖)
8 (火)	ラーメン バンサンスー 柑橘	生中華麺・焼豚・玉葱・人参・椎茸・もやし・白葱・ごま油・薄口・酒 塩・こしょう・油・中華だしの素 春雨・きゅうり・ツナ・酢・薄口・砂糖・ごま油 柑橘	スティックビスケット そぼろおにぎり (米・豚挽肉・砂糖・醤油・油)
9 (水)	ごはん 鶏肉の天ぷら オクラのお浸し 味噌汁 柑橘	米 鶏肉・塩・こしょう・薄口・小麦粉・青のり・揚げ油 オクラ・コーン・醤油・かつお節 玉葱・えのき・豆腐・葱・味噌 柑橘	チクリッパー バナナケーキ (ホットケーキミックス・バナナ・牛乳 砂糖・油)
10 (木)	ごはん 鮭の塩焼き 切干大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 鮭・酒・塩 切干大根・人参・油揚げ・みりん・醤油・薄口・砂糖 しめじ・大根・かぼちゃ・味噌 バナナ	ごまポッキー 揚げパン (豆乳丸パン・グラニュー糖・揚げ油)
11 (金)	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 和え物 豚汁 柑橘	米 鶏肉・生姜・砂糖・酒・酢・醤油 ほうれん草・もやし・人参・醤油・ツナ 豚肉・玉葱・人参・さつま芋・葱・油・味噌 柑橘	ポン菓子 もちもちココアパン (白玉粉・砂糖・牛乳・ココア・油)
12 (土)	中華風ごはん 中華スープ バナナ	米・豚肉・人参・椎茸・葱・砂糖・醤油・ごま油・塩・こしょう・中華だしの素 玉葱・キャベツ・えのき・もやし・中華だしの素 バナナ	スティックビスケット おやつパン
14 (月)	ごはん レバーのケチャップ煮 夏野菜サラダ スープ スイカ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・ケチャップ トマト・オクラ・コーン・かつお節・酢・砂糖・薄口・油 じゃが芋・人参・キャベツ・コンソメ スイカ	チクリッパー どら焼き (ホットケーキミックス・ゆで小豆・砂糖 みりん・牛乳・油)
15 (火)	ごはん 麻婆なす チョレギ風サラダ スープ バナナ	米 豚挽肉・玉葱・人参・しめじ・なす・白葱・生姜・にんにく・酒・味噌 醤油・砂糖・ごま油・片栗粉 キャベツ・人参・ちくわ・もみのり・醤油・ごま油 豆腐・しめじ・にら・コーン・中華だしの素 バナナ	ポン菓子 じゃがまるくん (じゃが芋・片栗粉・ピザ用チーズ・バター もみのり)
16 (水)	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 人参・さつま芋・大根・味噌 オレンジ	ごまポッキー 抹茶蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・油 抹茶)

	献立名	材料名	おやつ
17 (木)	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き もみのり和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・白葱・塩・酒 モロヘイヤ・キャベツ・もみのり・醤油 玉葱・えのき・じゃが芋・味噌	 バナナ ブチクラッカー スティック芋 (さつま芋・砂糖・揚げ油)
18 (金)	ごはん カレイのフライ 和え物 味噌汁 スイカ	米 カレイ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・中濃ソース・揚げ油 小松菜・人参・切干大根・醤油・ツナ 豆腐・葱・大根・味噌	 スイカ スティックビスケット ココアボーロ (小麦粉・ココア・砂糖・無塩バター・油)
19 (土)	★お祭りメニュー おにぎり からあげ フライドポテト	米・ふりかけわかめ 鶏肉・塩麹・砂糖・醤油・こしょう・生姜・にんにく・片栗粉・揚げ油 フライドポテト・塩・揚げ油	 ごまポッキー おやつパン
21 (月)			
22 (火)	元気モリモリ丼 和え物 味噌汁 柑橘	米・牛肉・キャベツ・しめじ・玉葱・人参・生姜・にんにく・みりん・酒 砂糖・醤油・油 トマト・きゅうり・コーン・酢・砂糖・薄口 大根・玉葱・カットわかめ・味噌	 柑橘 ブチクラッカー ワインナーパイ (ワインナー・パイシート・ケチャップ)
23 (水)	ごはん 鰯の竜田揚げ 和え物 味噌汁 スイカ	米 鰯・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 キャベツ・人参・ちくわ・すりごま・醤油 えのき・油揚げ・なす・味噌	 スイカ スティックビスケット さつま芋もち (さつま芋・バター・砂糖・片栗粉)
24 (木)	ごはん 鶏のマヨ焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・マヨネーズ・酒 モロヘイヤ・もやし・人参・醤油・かつお節 玉葱・人参・豆腐・味噌	 バナナ ポン菓子 もちもちドーナツ (ホットケーキミックス・砂糖・白玉粉 絹ごし豆腐・揚げ油)
25 (金)	炊き込みご飯 鶏肉の甘酢かけ 和え物 味噌汁 柑橘	米・鶏肉・椎茸・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 鶏肉・酢・砂糖・醤油・みりん・揚げ油・片栗粉 キャベツ・人参・ツナ・砂糖・醤油 えのき・かぼちゃ・カットわかめ・味噌	 柑橘 ごまポッキー マカロニきな粉 (マカロニ・砂糖・塩・きな粉)
26 (土)	カレーピラフ ポトフ バナナ	米・鶏肉・ミックスベジタブル・玉葱・カレー粉・コンソメ・塩・油 じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・コンソメ バナナ	 バナナ ブチクラッcker おやつパン
28 (月)	ごはん から揚げ 中華きゅうり スープ 柑橘	米 鶏肉・塩麹・砂糖・醤油・こしょう・生姜・にんにく・片栗粉・揚げ油 きゅうり・醤油・塩こんぶ・ごま 人参・玉葱・キャベツ・鶏がらスープの素	 柑橘 スティックビスケット リッツサンド (リッツ・いちごジャム)
29 (火)	ごはん 焼き鳥 おかか和え 味噌汁 スイカ	米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・片栗粉 大根・人参・醤油・かつお節 えのき・玉葱・かぼちゃ・味噌	 スイカ ポン菓子 金魚すくいゼリー (りんごジュース・ぶどうジュース・砂糖 寒天)
30 (水)	ごはん チンジャオロース 中華風サラダ スープ バナナ	米 豚肉・たけのこ・ピーマン・赤ピーマン・黄ピーマン・生姜・酒・砂糖 醤油・塩・こしょう・中華だしの素・片栗粉 キャベツ・春雨・ツナ・薄口・砂糖・酢・ごま油 人参・にら・しめじ・中華だしの素	 バナナ ごまポッキー とうもろこし (とうもろこし・塩)
31 (木)	ごはん 厚揚げの味噌炒め たたききゅうり すまし汁 柑橘	米 豚肉・厚揚げ・人参・玉葱・ピーマン・椎茸・白葱・砂糖・味噌・醤油・片栗粉 きゅうり・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま 人参・大根・えのき・薄口・塩	 柑橘 ブチクラッcker お楽しみクッキー (小麦粉・砂糖・無塩バター・生クリーム ベーキングパウダー・ココア・粉糖)

天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい

- ★ マヨネーズ、生中華麺、パイシート、ビスケット類については、卵不使用のものを使用しています。
- ★ ホットケーキミックス、豆乳パン、食パンについては卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ みつき乳児保育園の0~2歳児は午前おやつ・午後おやつ、みつき保育園の3~5歳児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。
- ★ 土曜日の午後おやつは、おにぎりまたはおやつパンを提供します。