



7月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (水)	ごはん ポークチャップ サラダ 海苔のスープ バナナ	米 豚肉・玉葱・人参・キャベツ・ケチャップ・中濃ソース・砂糖・酒・油 オクラ・コーン・ツナ・薄口・酢・砂糖・油 鶏肉・白菜・しめじ・春雨・刻みのり・鶏がらスープの素・塩・薄口・油 バナナ	リッツ マカロニ黒糖きな粉 (マカロニ・きな粉・黒糖・砂糖・塩)
2 (木)	ごはん 鶏肉の香味揚げ ナムル 中華スープ オレンジ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・葱・にんにく・生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油 小松菜・えのき・切干大根・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油 豚挽肉・油・厚揚げ・大根・カットわかめ・中華だしの素 オレンジ	シガーフライ とうもろこし (とうもろこし・塩) 
3 (金)	ごはん たまご焼き しらす和え けんちん汁 バナナ	米 卵・豚ひき肉・油・かぼちゃ・玉葱・砂糖・薄口・みりん・塩 白菜・もやし・しらす干し・もみのり・醤油・砂糖 ごぼう・人参・大根・豆腐・白葱・塩・薄口・みりん・ごま油 バナナ	おせんべい そばめし (米・焼きそば麺・豚挽肉・キャベツ・人参・ピーマン・ごま油・お好みソース・青のり)
4 (土)	中華丼 中華スープ オレンジ	米・豚肉・玉葱・人参・青梗菜・椎茸・中華だしの素・薄口・塩・こしょう・片栗粉・ごま油 豆腐・えのき・キャベツ・中華だしの素 オレンジ	リッツ おやつパン
6 (月)	ごはん のりじゃがナゲット ピクルス スープ バナナ	米 鶏ひき肉・じゃが芋・豆腐・青のり・片栗粉・塩・醤油・鶏がらスープの素・揚げ油 大根・きゅうり・人参・酢・砂糖・塩 豚挽肉・玉葱・青梗菜・しめじ・鶏がらスープの素 バナナ	おせんべい ホットビスケット (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖・生クリーム)
7 (火)	七タライス クリスピーチキン カラフルサラダ 天の川スープ すいか	米・豚挽肉・人参・鶏がらスープの素・塩 鶏肉・塩・こしょう・カレー粉・マヨネーズ・コーンフレーク  きゅうり・黄ピーマン・トマト・ハム・酢・砂糖・薄口・油 コーン・オクラ・玉葱・ピーフン・鶏がらスープの素 すいか	ビスケット 七タゼリー (ゼラチン・カルピス・牛乳・アガー・砂糖・ブルーハワイシロップ・もも缶)
8 (水)	ごはん 夏野菜の炒り豆腐 なめたけ和え 味噌汁 バナナ	米 豆腐・豚肉・キャベツ・トマト・コーン・玉葱・いりごま・砂糖・酒・塩・醤油・油 白菜・人参・切干大根・なめたけ・醤油 かぼちゃ・油揚げ・椎茸・みつば・味噌 バナナ	クラッカー ベーコンポテト春巻き (ベーコン・じゃが芋・シチュールウ・牛乳・春巻きの皮・揚げ油)
9 (木)	ごはん 鯖の南蛮漬け ゆかり和え 味噌汁 オレンジ	米 鯖・片栗粉・揚げ油・玉葱・人参・ピーマン・赤ピーマン・酢・砂糖・醤油 キャベツ・もやし・きゅうり・ゆかり 鶏肉・なす・大根・葱・味噌・油 オレンジ	リッツ ふるふるみかん  (豆乳・砂糖・米粉・レモン汁・みかん缶)
10 (金)	ごはん 鶏肉のマヨぽん焼き 和え物 味噌汁 すいか	米 鶏肉・マヨネーズ・ボン酢・醤油・酒・みりん 切干大根・小松菜・ツナ・醤油・砂糖 白菜・舞茸・人参・豆腐・味噌 すいか	シガーフライ もちもちいちごパン (白玉粉・油・豆乳・砂糖・いちごジャム・いちごパウダー)
11 (土)	かやくご飯 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・人参・ごぼう・干し椎茸・醤油・砂糖・酒・塩 じゃが芋・もやし・玉葱・葱・味噌 オレンジ	おせんべい おやつパン
13 (月)	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 酢の物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・キャベツ・玉葱・椎茸・もやし・葱・おろし生姜・おろしにんにく・酒・みりん・砂糖・醤油・油 きゅうり・もやし・ちくわ・カットわかめ・薄口・酢・砂糖 油揚げ・じゃが芋・なめこ・人参・味噌 バナナ	リッツ ひよこ蒸しパン  (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油・かぼちゃ・コーン・黒ごま)
14 (火)	冷やし中華 炒め物 じゃがバター オレンジ	中華麺・豚挽肉・人参・きゅうり・もやし・コーン・醤油・中華だしの素・砂糖・酢・味噌・ごま油 豚肉・キャベツ・しめじ・玉葱・ごま油・中華だしの素 じゃが芋・バター・塩 オレンジ	ビスケット おからドーナツ (おから・小麦粉・砂糖・牛乳・ベーキングパウダー・揚げ油)
15 (水)	枝豆と昆布の混ぜご飯 チキンカツ 和え物 味噌汁 すいか	米・枝豆・コーン・しらす干し・塩こんぶ・薄口・酒・みりん・昆布 鶏肉・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・とんかつソース・すりごま キャベツ・もやし・人参・かつお節・醤油  豆腐・玉葱・椎茸・みつば・味噌 すいか	おせんべい ジャムパイ (パイシート・グラニュー糖・いちごジャム)

★調理後、一定の時間を過ぎると給食の提供ができません。11:30以降の登園の場合は食事を済ませてから登園をお願いします。

また、食数把握のため、登園時刻の連絡も必ずお願いします。

	献立名	材料名	おやつ
16 (木)	ごはん カレイのとろろ焼き もみのり和え 味噌汁 バナナ	米 カレイ・長芋・酒・醤油・マヨネーズ 小松菜・白菜・しらす干し・醤油・もみのり 油揚げ・人参・さつまいも・カットわかめ・味噌 バナナ	シガーフライ ボーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油)
17 (金)	ごはん 麻婆なす 中華きゅうり スープ オレンジ	米 豚挽肉・なす・玉葱・人参・赤ピーマン・干し椎茸・葱・おろし生姜・おろしにんにく・ 味噌・酒・砂糖・テンメンジャン・醤油・片栗粉・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 鶏肉・キャベツ・えのき・厚揚げ・中華だしの素 オレンジ	リッツ フルーツポンチ (白玉粉・絹ごし豆腐・バナナ・ パイン缶・みかん缶・サイダー) ★乳児部はサイダーの代わりに砂糖・水です。
18 (土)	豚肉とニラの混ぜご飯 五目汁 バナナ	米・豚肉・ニラ・おろし生姜・醤油・いりごま・油 鶏肉・じゃが芋・大根・人参・葱・味噌・ごま油 バナナ	クラッカー おやつパン
20 (月)	 海の日		
21 (火)	ごはん レバーの甘辛煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・酒・砂糖 ひじき・オクラ・人参・ツナ・コーン・醤油 豚バラ・かぼちゃ・大根・カットわかめ・味噌 オレンジ	シガーフライ お野菜サブレ  (小麦粉・粉糖・無塩バター・人参・ 牛乳・グラニュー糖)
22 (水)	ごはん 鯖の煮付け 酢の物 味噌汁 バナナ	米 鯖・酒・みりん・砂糖・醤油・生姜 人参・きゅうり・ちくわ・薄口・砂糖・酢・かつお節 玉葱・油揚げ・さつまいも・葱・味噌 バナナ	クラッカー 麩のラスク (麩・無塩バター・グラニュー糖)
23 (木)	ビーンズカレー コロコロサラダ ゆでたまご オレンジ	米・豚挽肉・玉葱・人参・水煮大豆・しめじ・かぼちゃ・カレールウ・油 大根・きゅうり・コーン・トマト・すりごま・砂糖・酢・薄口・油 卵・塩 オレンジ	おせんべい ココアプリン (ココアパウダー・砂糖・ゼラチン・水・ 牛乳)
24 (金)	豚と卵のふわふわ丼 春雨サラダ 味噌汁 バナナ	米・豚肉・卵・麩・玉葱・えのき・葱・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口・油 キャベツ・人参・春雨・きゅうり・ツナ・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油 じゃが芋・大根・しめじ・味噌 バナナ	リッツ ゼリー
25 (土)	 ちゅうおうなつまつり		
27 (月)	ごはん もち粉チキン パリパリ炒め 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・おろしにんにく・砂糖・醤油・もち粉・油 切干大根・ツナ・ニラ・いりごま・酒・薄口・油 白菜・椎茸・玉葱・人参・味噌・油 オレンジ	おせんべい メロンパンクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・卵・油・砂糖・ グラニュー糖)
28 (火)	パン 夏野菜の豆腐ラザニア スティックサラダ スープ バナナ	プレーン丸パン 豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・なす・トマト・ケチャップ・トマトピューレ・ 砂糖・鶏がらスープの素・油・ピザ用チーズ 大根・きゅうり・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油 マカロニ・豚挽肉・キャベツ・人参・コーン・鶏がらスープの素 バナナ	ビスケット  揚げたこ焼き風 (豆腐・ちくわ・キャベツ・葱・天かす・ 小麦粉・揚げ油・お好みソース・かつお節)
29 (水)	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 納豆和え 味噌汁 オレンジ	米 厚揚げ・豚挽肉・玉葱・人参・油・醤油・酒・みりん・片栗粉 ほうれん草・人参・納豆・もみのり・醤油 豆腐・えのき・カットわかめ・葱・味噌 オレンジ	リッツ じゃこマヨクラッカー (クラッカー・しらす干し・コーン・ マヨネーズ・いりごま・ピザチーズ)
30 (木)	パエリア風吹き込みご飯 鮭のコーン焼き サラダ スープ すいか	米・鶏肉・玉葱・人参・赤ピーマン・しめじ・トマト缶・鶏がらスープの素・カレー粉・塩・油 鮭・塩・こしょう・玉葱・マヨネーズ・クリームコーン缶 鶏ささみ・きゅうり・切干大根・すりごま・酢・薄口・砂糖・油 キャベツ・人参・玉葱・じゃが芋・鶏がらスープの素 すいか	シガーフライ ヨーグルトケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・ 無塩バター・卵・ヨーグルト・レーズン)
31 (金)	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 和え物 はんぺんのすまし汁 バナナ	米 鶏肉・おろし生姜・酒・醤油・味噌・砂糖・すりごま オクラ・大根・コーン・ひじき・ツナ・砂糖・醤油 はんぺん・鶏肉・椎茸・人参・みつば・塩・薄口 バナナ	クラッカー きな粉クリームサンド (サンドウィッチ用食パン・牛乳・砂糖・ 小麦粉・きな粉)

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください