



7月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (水)	ごはん 鶏肉の塩麴焼き 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・塩麴・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 しめじ・油揚げ・かぼちゃ・味噌 オレンジ	プチクラッカー ツナカレーおにぎり (米・ツナ・人参・塩・カレー粉)
2 (木)	ごはん 鯖の竜田揚げ 和え物 味噌汁 すいか	米 鯖・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・油 小松菜・人参・ちくわ・すりごま・醤油 人参・豆腐・えのき・味噌 すいか	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) 
3 (金)	ごはん 肉豆腐 塩っぺ和え 味噌汁 バナナ	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・塩こんにゃく 玉葱・しめじ・油揚げ・味噌 バナナ	ポン菓子 ココア蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・油 ココア)
4 (土)	生姜ごはん 豚汁 バナナ	米・生姜・油揚げ・鶏挽肉・ひじき・酒・みりん・砂糖・醤油 豚肉・玉葱・人参・さつま芋・葱・油・味噌 バナナ	ポン菓子 おやつパン
6 (月)	ごはん チキンカツ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・中濃ソース・油 小松菜・人参・切干大根・醤油 豆腐・玉葱・人参・味噌 オレンジ	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)
7 (火)	★セタメニュー お星さまカレー コロコロサラダ ウインナー すいか	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・油 ウインナー すいか 	ポン菓子 ヨーグルト
8 (水)	冷やしうどん かぼちゃの煮物 バナナ	ゆでうどん・ささみ・きゅうり・もやし・人参・めんつゆ・ごま かぼちゃ・砂糖・みりん・醤油 バナナ	プチクラッカー 焼きとうもろこしのおにぎり (米・豚挽肉・油・とうもろこし・醤油・砂糖)
9 (木)	ごはん カレイの煮付け 納豆和え 味噌汁 メロン	米 カレイ・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖 ほうれん草・もやし・人参・納豆・醤油・もみのり さつま芋・しめじ・油揚げ・味噌 メロン 	スティックビスケット おにぎりクッキー (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)
10 (金)	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・生姜・砂糖・酒・酢・醤油 キャベツ・切干大根・人参・醤油・ツナ 豆腐・人参・大根・葱・味噌 バナナ	プチクラッカー もちもちココアパン (白玉粉・砂糖・牛乳・ココア・油)
11 (土)	中華風ごはん 千切り野菜のスープ バナナ	米・豚肉・人参・椎茸・白葱・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・豚肉・中華だしの素 バナナ	ポン菓子 おやつパン
13 (月)	ごはん 厚揚げの味噌炒め たたききゅうり すまし汁 オレンジ	米 豚肉・厚揚げ・人参・玉葱・ピーマン・白葱・砂糖・味噌・醤油・片栗粉・油 きゅうり・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま 人参・大根・えのき・薄口・塩 オレンジ	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・油)
14 (火)	ごはん レバーのケチャップ煮 夏野菜サラダ スープ バナナ	米 鶏レバー・片栗粉・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 バナナ	スティックビスケット フルーツポンチ (白玉粉・絹ごし豆腐・みかん缶 すいか・サイダー) 
15 (水)	ごはん 麻婆なす チョレギ風サラダ スープ オレンジ	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 オレンジ 	プチクラッカー ポーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油)
16 (木)	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・白葱・塩・酒 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 バナナ	スティックビスケット ツナマヨトースト (食パン・ツナ・マヨネーズ・ピザチーズ)

	献立名	材料名	おやつ
17 (金)	ごはん 鶏肉の照り焼き 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・生姜・酒・みりん・醤油 人参・きゅうり・醤油・すりごま 玉葱・豆腐・葱・味噌 オレンジ	ポン菓子 ビスケットサンド (ビスケット・いちごジャム)
18 (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・大根・玉葱・味噌 バナナ	ポン菓子 おやつパン
20 (月)			
21 (火)	ごはん 肉じゃが ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・糸こんにゃく・酒・みりん・醤油・薄口・油 小松菜・切干大根・人参・ツナ・すりごま・醤油 油揚げ・玉葱・かぼちゃ・味噌 オレンジ	プチクラッカー マカロニきな粉 (マカロニ・砂糖・塩・きな粉)
22 (水)	ごはん ハンバーグ サラダ スープ バナナ	米 豚挽肉・牛挽肉・玉葱・人参・しめじ・パン粉・塩・こしょう・ケチャップ トマト・きゅうり・コーン・酢・砂糖・薄口・油 キャベツ・人参・じゃが芋・コンソメ バナナ	スティックビスケット のりせんべい (ぎょうざの皮・かつお節・刻みのり 醤油・マヨネーズ)
23 (木)	炊き込みご飯 鶏肉の甘酢かけ 和え物 味噌汁 メロン	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・油・片栗粉 キャベツ・人参・ツナ・砂糖・醤油 えのき・玉葱・カットわかめ・味噌 メロン	ポン菓子 抹茶蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・油 抹茶)
24 (金)	ごはん チンジャオロース バンサンスー スープ オレンジ	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・豆腐・中華だしの素 オレンジ	スティックビスケット とうもろこし (とうもろこし・塩) 
25 (土)	カレーピラフ ポトフ バナナ	米・豚挽肉・ミックスベジタブル・玉葱・カレー粉・コンソメ・塩・油 鶏肉・じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・コンソメ バナナ	ポン菓子 おやつパン
27 (月)	★本園お祭りメニュー カレーライス から揚げ フライドポテト	米・豚挽肉・玉葱・人参・じゃが芋・コーン・カレールウ・油 鶏肉・塩麴・砂糖・醤油・こしょう・生姜・にんにく・片栗粉・油 フライドポテト・塩・油	ポン菓子 ゼリー 
28 (火)	ごはん 鶏肉のマヨ焼き 和え物 味噌汁 オレンジ	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・カットわかめ・味噌 オレンジ	スティックビスケット アメリカンドック (ホットケーキミックス ウインナー・牛乳・油) 
29 (水)	ごはん 鮭の塩焼き 切干大根の煮物 味噌汁 すいか	米 鮭・酒・塩 切干大根・人参・油揚げ・みりん・醤油・薄口・砂糖 えのき・大根・かぼちゃ・味噌 すいか	ポン菓子 かき氷風ゼリー (カルピス・寒天・砂糖・りんごジュース ぶどうジュース) 
30 (木)	元気モリモリ丼 和え物 味噌汁 オレンジ	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 大根・きゅうり・醤油・ツナ 油揚げ・玉葱・カットわかめ・味噌 オレンジ	プチクラッカー 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)
31 (金)	ごはん 鶏肉の天ぷら オクラのお浸し 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩・こしょう・薄口・小麦粉・青のり・油 オクラ・コーン・醤油・かつお節 人参・えのき・豆腐・葱・味噌 バナナ	ポン菓子 うずまきパイ (パイシート・グラニュー糖)

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

- ★ 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、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。