



# 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 (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 スイカ	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 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) 
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 おにぎり
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 スイカ	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 スイカ	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 おにぎり
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・砂糖) 
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 ボーロ (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)	☆にじまつり☆ おにぎり 鶏肉のからあげ フライドポテト	米・コーン・塩 鶏肉・にんにく・醤油・酒・みりん・ごま油・片栗粉・油 フライドポテト・塩	ポン菓子 リッツサンド (リッツ・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 おにぎり
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	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	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 スイカ	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	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	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 おにぎり
27 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き きゅうり漬け ウインナー バナナ	米 鶏肉・醤油・生姜・酒・みりん・砂糖 きゅうり・砂糖・醤油 ウインナー	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	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 スイカ	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	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	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	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、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。