7月　保育園給食献立表

平成 28年度

日	曜	幼児	3未加算食	主要材料（　）内は乳児のみ 血や肉や骨になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子を良くするもの	3時のおやつ
1	金	レバー入りハンバーグ　アスパラガスのソテー　ビシソワーズ	ごはん	鶏ミンチ　豚ミンチ　鶏レバー　豆乳	パン粉　中濃ソース　砂糖　しょう油　油　じゃが芋　コンソメ	玉ねぎ　人参　生姜　ニンニク　ナツメグ　ケチャップ　アスパラガス　とうもろこし　パセリ　デラウエア	牛乳　デラウエア　かし
2	土	豚丼　果物		豚肉	米　ゴマ油　砂糖　しょう油　コンソメ　ゴマ	玉ねぎ　人参　キャベツ　大葉　生姜	牛乳　かし
4	月	ドライカレーゆで卵添え　フレンチサラダ　福神漬	ごはん	豚ミンチ　鶏ミンチ　卵　ロースハム　豆乳	油　コンソメ　カレールウ　しょう油　砂糖　酢　福神漬　片栗粉	生姜　ニンニク　玉ねぎ　人参　ナス　しいたけ　トマト缶　ピュレ　ケチャップ　キャベツ　きゅうり	牛乳　豆乳餅
5	火	タラの天ぷら野菜あんかけ　ボイルブロッコリー　金時煮豆　冷凍みかん	ごはん	鱈	小麦粉　ベーキングパウダー　油　砂糖　しょう油　酢　コンソメ　片栗粉　金時豆	玉ねぎ　人参　タケノコ　ピーマン　ブロッコリー　冷凍みかん　とうもろこし	牛乳　ゆでとうもろこし
6	水	ささ身の梅の香焼き　きゅうりの昆布和え　かぼちゃのみそ汁	ごはん	鶏ささ身　油あげ　みそ	砂糖　しょう油　梅干し　ゴマ油	きゅうり　もやし　塩昆布　玉ねぎ　かぼちゃ　しめじ　小松菜	牛乳　かし
7	木	**七夕会**　サケの塩焼き　卵の花の炒り煮　天の川そうめん汁	ごはん	鮭　おから　卵抜ちくわ　油あげ	砂糖　しょう油　そうめん　パイン缶　ナタデココ缶　ブルーハワイ	ごぼう　人参　こんにゃく　ネギ　オクラ　寒天	牛乳　七夕ゼリー
8	金	中華スープ　鶏レバーの照り煮　粉ふき芋　デラウエア	ごはん	豚肉　エビ　イカ　鶏レバー　枝豆	ゴマ油　コンソメ　しょう油　片栗粉　デンプン　春雨　砂糖　みりん　じゃが芋	玉ねぎ　人参　もやし　しいたけ　タケノコ　きくらげ　キャベツ　ニラ　チンゲン菜　生姜　青のり　デラウエア	牛乳　枝豆　かし
9	土	ミートソーススパゲティー　果物		豚ミンチ	パスタ　油　コンソメ　砂糖	玉ねぎ　人参　トマト缶　ピュレ　ケチャップ　パセリ	牛乳　かし
11	月	豚肉の生姜焼き　切干大根の含め煮　もずくのみそ汁	ごはん	豚肉　油あげ　卵抜ちくわ　みそ	砂糖　しょう油　みりん	生姜　切干大根　人参　インゲン　玉ねぎ　もずく　オクラ　レモン　寒天	牛乳　人参ゼリー
12	火	サワラのムニエルマリネソースがけ　おじゃがとじゃこのおかか和え　味つけのり　冷凍みかん	ごはん	鰆　しらす干し　かつお節	小麦粉　オリーブ油　砂糖　酢　じゃが芋　マーガリン　しょう油　油	玉ねぎ　セロリ　トマト　パセリ　ネギ　味つけのり　冷凍みかん	牛乳　かし
13	水	ちくわの磯辺揚げ　キャベツとワカメの酢の物　夏野菜のみそ汁	ごはん	卵抜ちくわ　しらす干し　ベーコン　みそ　豆乳	小麦粉　ベーキングパウダー　油　砂糖　しょう油　酢　ゴマ　上新粉	青のり　キャベツ　人参　きゅうり　ワカメ　玉ねぎ　ナス　かぼちゃ　しめじ　オクラ　バナナ　レモン	牛乳　米粉とモチモチケーキ
14	木	カレイの煮付け　ゴーヤーチャンプルー　ひじきふりかけ　デラウエア	ごはん	鰈　豆腐　豚肉　卵　しらす干し　ロースハム　チーズ	砂糖　しょう油　酢　ゴマ　ゆかり　マーガリン　食パン　マヨネーズ	玉ねぎ　人参　ゴーヤー　ひじき　青のり　デラウエア	牛乳　ハムチーズサンド
15	金	豚肉の中華風天ぷら　ジュレサラダ　そうめん汁	ごはん	豚肉	砂糖　しょう油　小麦粉　ベーキングパウダー　ゴマ　油　酢　オリーブ油　コンソメ　そうめん	生姜　トマト　きゅうり　オクラ　とうもろこし　寒天	牛乳　かし
16	土	オープンサンド　ポテトサラダ　果物		ウインナー　ツナ	バターロールパン　マヨネーズ　じゃが芋	ケチャップ　人参　きゅうり	牛乳　かし
19	火	鶏肉のカレーじょう油焼き　春雨サラダ　トマト　しらすとしそ昆布のふりかけ	ごはん	鶏肉　ロースハム　しらす干し　かつお節	砂糖　しょう油　カレー粉　デンプン春雨　酢　ゴマ油　ゴマ　しそ昆布　アイスクリーム	生姜　ニンニク　人参　きゅうり　ひじき　もやし　とうもろこし　トマト	牛乳　アイスクリーム
20	水	サケの塩レモン焼き　ピーマンのきんぴら　高野豆腐のオランダ煮	ごはん	鮭　卵抜ちくわ　高野豆腐	ゴマ油　砂糖　しょう油　みりん　ゴマ　片栗粉　油	レモン　人参　ピーマン　しめじ　パプリカ	牛乳　かし
21	木	ハヤシシチュー　グリーンサラダ　福神漬　冷凍みかん	ごはん	豚肉　しらす干し　粉チーズ　スキムミルク	油　コンソメ　デミグラスソース　中濃ソース　ゴマ油　福神漬　小麦粉　ベーキングパウダー　マーガリン	玉ねぎ　しめじ　エリンギ　トマト缶　ピュレ　ケチャップ　キャベツ　きゅうり　ピーマン　人参　パセリ	牛乳　野菜プリッツ
22	金	サワラの南蛮漬け　ボイルアスパラガス　トマトスープ	ごはん	鰆	片栗粉　油　砂糖　しょう油　酢　コンソメ	玉ねぎ　セロリ　人参　アスパラガス　トマト　しめじ　キャベツ　とうもろこし　トマト缶　オクラ　スイカ	牛乳　スイカ　かし
23	土	焼きそば　果物		豚肉　卵抜ちくわ　かつお節	油　中華麺　おたふくソース	人参　もやし　キャベツ　ネギ　青のり	牛乳　かし
25	月	豚ロースの冷しゃぶ　ボイル野菜　トマト　豆腐とエビのスープ	ごはん	豚ロース　みそ　豆腐　エビ　卵	砂糖　酢　しょう油　ゴマ　ゴマ油　マヨネーズ　コンソメ	玉ねぎ　人参　セロリ　もやし　トマト　生姜　ネギ	牛乳　かし
26	火	マグロの変わり揚げ　ジュレサラダ　ビシソワーズ	ごはん	鮪　豆乳　きな粉	砂糖　しょう油　みりん　片栗粉　油　酢　オリーブ油　じゃが芋　コンソメ　わらび餅粉	生姜　レモン　ケチャップ　トマト　きゅうり　オクラ　とうもろこし　寒天　玉ねぎ　パセリ	牛乳　わらび餅
27	水	肉じゃが　ピーマンのおかか和え　納豆　パイナップル	ごはん	豚肉　かつお節　納豆	油　砂糖　しょう油　みりん　じゃが芋	玉ねぎ　人参　インゲン　白糸こんにゃく　ピーマン　パプリカ　パイナップル　とうもろこし	牛乳　ゆでとうもろこし
28	木	**お誕生日会** ☆☆ 三色丼　野菜かきあげ　オクラのゴマ和え　そうめん汁　プチゼリー		豚ミンチ　鶏ミンチ　卵　生クリーム	米　コンソメ　砂糖　しょう油　小麦粉　ベーキングパウダー　油　ゴマ　そうめん　プチゼリー　マーガリン	ひじき　生姜　玉ねぎ　人参　かぼちゃ　オクラ　ネギ	牛乳　ミルククッキー
29	金	サケのムニエルタルタルソースがけ　ボイルブロッコリー　夏野菜スープ	ごはん	鮭　卵　ベーコン　牛乳	小麦粉　油　コンソメ　マヨネーズ　しょう油　砂糖　みかん缶	玉ねぎ　セロリ　パセリ　ブロッコリー　ズッキーニ　とうもろこし　トマト　しめじ　寒天	牛乳　牛乳寒
30	土	五目ひやむぎ　果物		鶏肉	ひやむぎ　砂糖　しょう油　みりん	人参　干しいたけ　ワカメ　もやし	牛乳　かし