



7月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき保育園
みつき乳児保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (金)	元気もりもり丼 ゆかり和え 味噌汁 オレンジ	米・牛肉・油・キャベツ・もやし・玉葱・人参・生姜・にんにく・酒 みりん・砂糖・醤油 大根・トマト・ゆかり 玉葱・椎茸・かぼちゃ・味噌 オレンジ	ハッピーターン シュガーパイ (パイシート・グラニュー糖)
2 (土)	チキンライス スープ バナナ	米・鶏肉・ミックスベジタブル・玉葱・鶏ガラスープの素・ケチャップ・油 キャベツ・人参・じゃが芋・えのき・鶏ガラスープの素 バナナ	スティックビスケット おにぎり
4 (月)	ごはん 肉豆腐 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・油・豆腐・糸こんにゃく・玉葱・人参・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒 きゅうり・大根・醤油・かつお節 しめじ・じゃが芋・人参・カットわかめ・味噌 オレンジ	野菜スティック 抹茶クッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 無塩バター・生クリーム・抹茶)
5 (火)	ごはん 鶏肉の塩唐揚げ 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩麹・醤油・砂糖・こしょう・生姜・にんにく・片栗粉・揚げ油 ほうれん草・キャベツ・切干大根・醤油 大根・玉葱・椎茸・葱・味噌 バナナ	ビスケット 小倉団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・ゆで小豆)
6 (水)	ごはん カレイの昆布あんかけ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 カレイ・片栗粉・揚げ油・塩こんぶ・葱・酒・みりん・薄口 小松菜・もやし・人参・醤油・砂糖・すりごま 油揚げ・玉葱・かぼちゃ・味噌 オレンジ	ソフトせんべい じゃがまるくん (じゃが芋・片栗粉・ピザチーズ バター・もみのり)
7 (木)	七タカレー 天の川サラダ チーズ スイカ	米・豚挽肉・油・玉葱・人参・コーン・じゃが芋・カレールウ オクラ・人参・春雨・酢・薄口・砂糖・ごま油 スティックチーズ スイカ	ハッピーターン カラフル寒天 (オレンジジュース・りんごジュース ぶどうジュース・粉寒天・砂糖)
8 (金)	ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き 納豆和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・醤油・マヨネーズ もやし・ほうれん草・人参・納豆・醤油・もみのり 玉葱・椎茸・豆腐・葱・味噌 オレンジ	野菜せんべい 人参蒸しパン (ホットケーキミックス・人参・油・砂糖 豆乳)
9 (土)	中華風ごはん 中華スープ バナナ	米・豚肉・ごま油・人参・椎茸・白葱・砂糖・醤油・塩・こしょう・中華だしの素 玉葱・青梗菜・えのき・もやし・中華だしの素 バナナ	ビスケット おにぎり
11 (月)	ごはん ハンバーグ カレー風味和え スープ オレンジ	米 豚挽肉・人参・玉葱・米粉パン粉・塩・こしょう・ケチャップ きゅうり・もやし・ツナ・酢・砂糖・薄口・油・カレー粉 コーン・玉葱・じゃが芋・鶏ガラスープの素 オレンジ	クラッカー もちもちさつま芋パン (白玉粉・砂糖・さつま芋・豆乳・油)
12 (火)	ごはん 鶏の天ぷら 和え物 味噌汁 スイカ	米 鶏肉・塩・こしょう・小麦粉・あおのり・薄口・揚げ油 人参・小松菜・切干大根・醤油・かつお節 油揚げ・人参・なす・葱・味噌 スイカ	ソフトせんべい ジャムマフィン (ホットケーキミックス・いちごジャム 豆乳・油)
13 (水)	ラーメン バンサンスー オレンジ	生中華麺・焼豚・ごま油・玉葱・人参・椎茸・もやし・白葱・塩・薄口 中華だしの素・酒・こしょう きゅうり・春雨・ツナ・すりごま・酢・薄口・砂糖・ごま油 オレンジ	スティックビスケット 塩むすび (米・塩・味付けのり)
14 (木)	ごはん 鮭の西京焼き 切干大根の煮物 すまし汁 バナナ	米 鮭・味噌・酒・砂糖・醤油 切干大根・人参・油揚げ・酒・砂糖・薄口・みりん 人参・椎茸・豆腐・カットわかめ・塩・薄口 バナナ	野菜せんべい ココアドーナツ (ホットケーキミックス・絹ごし豆腐・砂糖 ココア・揚げ油)
15 (金)	ごはん とんかつ おほか和え 味噌汁 スイカ	米 豚肉・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・とんかつソース 人参・きゅうり・オクラ・かつお節・醤油 しめじ・玉葱・かぼちゃ・味噌 スイカ	野菜スティック きなこトースト (食パン・きなこ・砂糖・マーガリン)

	献立名	材料名	おやつ
16 (土)	豚しぐれごはん 味噌汁 バナナ	米・豚肉・生姜・油・醤油・砂糖・もみのり 大根・人参・油揚げ・玉葱・葱・味噌 バナナ	ビスケット おにぎり
18 (月)	 <h1 style="display: inline-block; margin: 0 20px;">海の日</h1>		
19 (火)	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・白葱・塩・酒 人参・小松菜・ツナ・醤油 しめじ・玉葱・豆腐・カットわかめ・味噌	ハッピーターン かぼちゃクッキー (小麦粉・かぼちゃ・無塩バター・砂糖)
20 (水)	ごはん 鯖の煮付け 納豆和え 味噌汁 スイカ	米 鯖・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖 人参・キャベツ・ほうれん草・納豆・醤油 椎茸・人参・大根・味噌	ビスケット じゃこマヨクラッカー (クラッカー・しらす干し・コーン・ごま マヨネーズ・ピザチーズ)
21 (木)	にんじんパン レバーのケチャップ煮 夏野菜サラダ スープ バナナ	にんじんパン 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・ケチャップ トマト・きゅうり・コーン・酢・砂糖・薄口・油・かつお節 じゃが芋・えのき・キャベツ・鶏ガラスープの素	スティックビスケット ひじきおにぎり (米・鶏挽肉・人参・ひじき・酒・みりん 砂糖・醤油)
22 (金)	ごはん 豚肉の生姜焼き しらす和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・生姜・玉葱・酒・みりん・醤油・砂糖・油 モロヘイヤ・キャベツ・しらす干し・もみのり・醤油 油揚げ・人参・葱・味噌	野菜せんべい ゼリー
23 (土)	中華菜飯 スープ バナナ	米・豚挽肉・ごま油・人参・椎茸・青梗菜・コーン・酒・塩・醤油 中華だしの素 しめじ・にら・豆腐・春雨・中華だしの素	クラッカー おにぎり
25 (月)	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 椎茸・玉葱・葱・味噌	野菜スティック ほうれん草蒸しパン (ホットケーキミックス・ほうれん草 豆乳・油・砂糖)
26 (火)	ごはん 五目豆 和え物 味噌汁 スイカ	米 鶏肉・油・大豆・人参・椎茸・板こんにゃく・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口 きゅうり・人参・ツナ・砂糖・醤油 えのき・玉葱・豆腐・味噌	ソフトせんべい フルーツポンチ (白玉粉・絹ごし豆腐・もも缶・りんご) ※0～2歳児：砂糖・水 3～5歳児：サイダーです。
27 (水)	ごはん 鯖の竜田揚げ 昆布和え 味噌汁 バナナ	米 鯖・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 キャベツ・切干大根・もやし・塩こんぶ 椎茸・油揚げ・なす・カットわかめ・味噌	ハッピーターン マカロニきなこ (マカロニ・きなこ・砂糖・塩)
28 (木)	枝豆ごはん 鶏肉の塩麹焼き 小松菜の煮浸し 味噌汁 ぶどう	米・豚挽肉・油・玉葱・人参・枝豆・中華だしの素・酒・塩・醤油 鶏肉・塩麹・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖 小松菜・人参・油揚げ・醤油・みりん しめじ・かぼちゃ・葱・味噌	ビスケット とうもろこし (とうもろこし・塩)
29 (金)	ごはん 麻婆なす 中華きゅうり スープ バナナ	米 豚挽肉・ごま油・玉葱・人参・椎茸・なす・白葱・生姜・にんにく・酒 味噌・テンメンジャン・醤油・砂糖・片栗粉 きゅうり・醤油・塩こんぶ・ごま油・ごま もやし・にら・コーン・春雨・中華だしの素	野菜せんべい クラッカーサンド (クラッカー・りんごジャム)
30 (土)	五目ごはん 具だくさん汁 オレンジ	米・鶏肉・人参・椎茸・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 えのき・玉葱・人参・葱・豆腐・味噌 オレンジ	スティックビスケット おにぎり

天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、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、にんじんパン・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。