

7月幼児食献立表



	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1月	ごはん 鶏の甘辛煮 ひじきサラダ 油揚げの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・生姜・醤油・酒・砂糖 ひじき・人参・胡瓜・コーン缶・醤油・酢・砂糖・ごま油 油揚げ・玉葱・キャベツ・えのき・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 鮭とじゃが芋のおやき・牛乳 じゃが芋・鮭・青のり・マヨネーズ・片栗粉
2火	ごはん 牛肉となすのスタミナ炒め もやしのごま和え じゃが芋の味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・キャベツ・玉葱・人参・なす・醤油・酒・オイスター・ごま油 もやし・人参・胡瓜・醤油・砂糖・ごま じゃが芋・人参・玉葱・わかめ・葱・味噌	干しぶどう・牛乳 水ようかん・牛乳 粉寒天・こしあん・砂糖
3水	ごはん かれのいねぎ塩焼き 冬瓜のそぼろあんかけ キャベツの味噌汁 くだもの	米 かれい・塩・醤油・みりん・酒・葱 冬瓜・鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 キャベツ・油揚げ・玉葱・わかめ・葱・味噌	野菜ハイハイ・牛乳 チヂミ・牛乳 小麦粉・片栗粉・豚ばら肉・にら・コーン缶 豆乳チーズ・醤油・酢・砂糖
4木	ぶどうパン ポークソテーマトソース コーンサラダ 南瓜レタススープ くだもの	ぶどうパン 豚ロース肉・小麦粉・トマト・みりん・醤油・片栗粉 キャベツ・人参・コーン缶・胡瓜・ツナ・醤油・砂糖・酢 南瓜・レタス・ペーコン・人参・玉葱・コンソメ・醤油・豆乳	とろべー・牛乳 きつねむすび・牛乳 米・油揚げ・醤油・みりん・砂糖・葱・ごま もみのり
5金	七夕誕生会 とうもろこしごはん 鶏の梅しそ焼き もみのり和え 春雨スープ くだもの	米・とうもろこし・酒・塩・醤油・豆乳バター 鶏もも肉・大葉・梅干し・醤油 モロヘイヤ・キャベツ・人参・もみのり・醤油 春雨・人参・玉葱・おくら・もやし・中華だし・塩・ごま	ルヴァン・牛乳 セタレモンサブレ・牛乳 小麦粉・豆乳バター・砂糖・レモン グラニュー糖
6土	味噌煮込みうどん 南瓜の煮物 くだもの	うどん・豚ばら肉・玉葱・人参・キャベツ・葱・中華だし・味噌 南瓜・砂糖・醤油	おやつ・牛乳 青りんごゼリー・牛乳
8月	ごはん 豚の生姜焼き レタスチョレギサラダ 南瓜の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・玉葱・生姜・酒・醤油・みりん・油・片栗粉 レタス・人参・胡瓜・トマト・竹輪・醤油・もみのり・ごま油・ごま 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ハイハイ・牛乳 りんごの紅茶ケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・りんご 豆乳バター・紅茶葉
9火	ごはん 鮭のサクサク焼き なすとピーマンの味噌炒め すまし汁 くだもの	米 鮭・塩・パン粉・パセリ粉・ウスター・ケチャップ 豚ばら肉・なす・ピーマン・砂糖・醤油・酒・みりん・味噌・油 玉葱・えのき・豆腐・わかめ・葱・醤油	黒ごまビスケット・牛乳 バナナきな粉・牛乳 バナナ・きな粉・砂糖・塩
10水	ごはん 牛肉とズッキーニのオイスター炒め 南瓜のきんぴら わかめの味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・ズッキーニ・ピーマン・にんにく・醤油・酒・砂糖・酢 オイスター・ごま油・片栗粉 南瓜・人参・砂糖・醤油・ごま わかめ・玉葱・キャベツ・葱・味噌	とろべー・牛乳 ぎょうざの皮ピザ・牛乳 ぎょうざの皮・ピーマン・コーン缶・ケチャップ ウスター・バジル粉・豆乳チーズ
11木	鶏と大葉の和風スパゲティ とうもろこしとごぼうのサラダ 和風ポテト くだもの	スパゲティ・鶏もも肉・玉葱・人参・しめじ・大葉・豆乳バター 醤油・酒・もみのり・ごま ごぼう・ロースハム・人参・とうもろこし・醤油・マヨネーズ・ごま じゃが芋・油・青のり・塩・ゆかり	野菜ハイハイ・牛乳 焼きおにぎり・牛乳 米・醤油・みりん・砂糖・ごま油・ごま
12金	ごはん 梅ジンジャーポーク おくらのごま和え 冬瓜の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・玉葱・もやし・キャベツ・梅干し・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 おくら・人参・小松菜・かつお節・ごま・醤油 冬瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 あんまん・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・油・こしあん
13土	ごはん 牛スタミナ丼 えのきの味噌汁 くだもの	米・牛ばら肉・キャベツ・玉葱・人参・にんにく・酒・醤油・オイスター えのき・玉葱・豆腐・もやし・葱・味噌	おやつ・牛乳 いちごロール・牛乳
15月		 海の日	

☆献立内容や材料の変更があ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、パン類、麺類、加工肉、ルウ(カレー、ハヤシ)は全て卵乳不使用のものを使用しています。
 ☆今月は旬の食材としてなす、おくら、モロヘイヤ、レタス、冬瓜、胡瓜、ピーマン、とうもろこし、大葉、すいかなどを取り入れています。
 ☆調味料の中の「酒」は料理酒(アルコール度12%)を使用しています。

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
16火	ごはん 鶏の西京焼き 切干大根のパリパリ炒め 中華スープ くだもの	米 鶏もも肉・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ 切干大根・ペーコン・にら・酒・醤油・ごま油 豆腐・人参・玉葱・もやし・葱・中華だし・醤油	ハイハイ・牛乳 ピーチ蒸しパン・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・黄桃缶
17水	ごはん かれのい照り焼き 人参きんぴら 夏野菜の豚汁 くだもの	米 かれい・醤油・みりん 人参・えのき・ごま油・砂糖・醤油・ごま 豚ばら肉・南瓜・人参・なす・玉葱・油揚げ・葱・味噌・油	黒ごまビスケット・牛乳 焼きビーフン・牛乳 ハム・ビーフン・玉葱・人参・ピーマン 醤油・酒・中華だし・塩・ごま油
18木	黒糖パン ピザハンバーグ キャベツサラダ えのきスープ くだもの	黒糖パン 合挽肉・玉葱・ピーマン・コーン缶・パン粉・ケチャップ・砂糖・豆乳チーズ キャベツ・胡瓜・人参・ツナ・酢・醤油・砂糖 えのき・レタス・人参・玉葱・中華だし・塩	干しぶどう・牛乳 しそわかめおにぎり・牛乳 米・炊き込みわかめ・ごま・大葉
19金	ごはん チャプチェ おくらと塩昆布の和え物 豆腐の味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・玉葱・人参・春雨・葱・中華だし・醤油・酒・砂糖・にんにく・ごま おくら・胡瓜・キャベツ・とうもろこし・塩昆布・醤油・ごま油・かつお節 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	野菜ハイハイ・牛乳 梅のゼリー・牛乳 りす組さんの梅シロップ・粉寒天・砂糖
20土	焼き豚チャーハン にら中華スープ くだもの	米・焼き豚・玉葱・葱・味噌・オイスター・醤油・ごま油・塩 豆腐・にら・人参・玉葱・もやし・中華だし・醤油	おやつ・牛乳 ぶどうゼリー・牛乳
22月	ごはん 鶏塩回鍋肉 ひじきの煮物 えのきの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・キャベツ・玉葱・葱・酒・塩・中華だし・にんにく・片栗粉 ひじき・人参・油揚げ・砂糖・醤油・ごま油・かつお節・ごま えのき・玉葱・なす・豆腐・葱・味噌	とろべー・牛乳 食パンラスク・牛乳 食パン・豆乳バター・グラニュー糖
23火	塩バターラーメン 金時豆煮 ピーマンとツナの中華和え くだもの	中華麺・豚ばら肉・キャベツ・人参・もやし・玉葱・葱・醤油・塩 中華だし・ごま油・豆乳バター 金時豆・砂糖・醤油 ピーマン・人参・ツナ・醤油・中華だし・砂糖・ごま油・かつお節	黒ごまビスケット・牛乳 とうもろこしと昆布のおにぎり・牛乳 米・とうもろこし・塩・酒・醤油・刻み昆布 豆乳バター
24水	ごはん さわらのかば焼き風 マカロニサラダ モロヘイヤの味噌汁 くだもの	米 さわら・小麦粉・油・醤油・みりん・砂糖 マカロニ・ハム・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 モロヘイヤ・人参・えのき・玉葱・豆腐・葱・味噌	野菜ハイハイ・牛乳 しそしゅうまい・牛乳 豚挽肉・玉葱・大葉・生姜・酒・醤油・砂糖 塩・ごま油・片栗粉・しゅうまいの皮
25木	ごはん 鶏レバーの梅シロップ煮 納豆和え ねぎごまスープ くだもの	米 鶏レバー・生姜・りす組さんの梅シロップ・酒・醤油・油 納豆・小松菜・胡瓜・人参・醤油・砂糖・ごま油・もみのり・ごま 豚挽肉・キャベツ・もやし・葱・春雨・生姜・中華だし・醤油・酒・ごま	干しぶどう・牛乳 焼きとうもろこし・牛乳 とうもろこし・砂糖・醤油
26金	ごはん 牛肉のブルコギ炒め 胡瓜とホタテのサラダ なすの味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・人参・もやし・にら・醤油・酒・オイスター・砂糖・ごま油 胡瓜・キャベツ・トマト・とうもろこし・ほたて缶・マヨネーズ なす・玉葱・豆腐・わかめ・葱・味噌	バナナレーズンマフィン・牛乳 ホットケーキ粉・バナナ・干しぶどう・砂糖 豆乳バター
27土	豚ねぎ塩昆布丼 具だくさん汁 くだもの	米・豚ばら肉・玉葱・葱・塩昆布・豆乳バター・醤油 豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・葱・味噌	おやつ・牛乳 栗パン・牛乳
29月	夏野菜カレー ズッキーニとえのきのソテー 味噌ドレサラダ くだもの	米・鶏もも肉・玉葱・人参・南瓜・なす・おくら・りんご・カレールウ・油 ズッキーニ・えのき・ペーコン・オリーブ油・塩・ガーリックパウダー レタス・胡瓜・人参・コーン缶・味噌・砂糖・醤油・酢・ごま油・ごま	ハイハイ・牛乳 ごまおはぎ・牛乳 米・もち米・ごま・黒ごま・砂糖
30火	ごはん カレイの葱焼き 冬瓜と厚揚げの煮物 マーボーなす くだもの	米 カレイ・葱・醤油・酒・みりん 冬瓜・人参・厚揚げ・醤油・酒・砂糖・生姜・片栗粉 豚挽肉・なす・玉葱・人参・生姜・にんにく・味噌・砂糖・酒・醤油 中華だし・片栗粉	とろべー・牛乳 とうもろこしのチーズホットケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・とうもろこし・豆乳 砂糖・豆乳バター・豆乳チーズ
31水	ごはん なすと豚肉の塩だれ炒め シルバーサラダ 麩の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・なす・玉葱・葱・中華だし・醤油・砂糖・レモン汁・片栗粉 春雨・胡瓜・人参・ハム・マヨネーズ・塩・醤油・ごま 麩・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 南瓜どら焼き・牛乳 ホットケーキ粉・白玉粉・南瓜・砂糖・みりん こしあん