








7月 献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつぎ田和山保育園

の献立はかみかみメニューです

| | 献立名 | 材料名 | おやつ (朝: 乳児部のみ) |
|-----------|---|---|---|
| 1 (月) | ごはん チリコンカン サラダ スープ オレンジ | 米 豚挽肉・大豆・玉葱・人参・じゃが芋・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・砂糖・油 きゅうり・大根・かつお節・酢・薄口・砂糖・ごま油 しめじ・豆腐・もやし・ニラ・コンソメ |  ビスケット ねじねじココアパイ (パイシート・グラニュー糖・ココア) |
| 2 (火) | ごはん おろしとんかつ ごま和え 味噌汁 バナナ | 米 豚肉・塩・こしょう・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・大根・葱・ポン酢 キャベツ・人参・すりごま・醤油・砂糖 玉葱・なす・油揚げ・カットわかめ・味噌 | 芋かんぴ アーモンドフィッシュ (スライスアーモンド・かえり・砂糖・醤油 みりん) |
| 3 (水) | ごはん 魚の梅煮 ネバネバ和え 味噌汁 オレンジ | 米 さば・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し・生姜 モロヘイヤ・オクラ・納豆・醤油・かつお節 人参・玉葱・えのき・葱・味噌 | ポーロ 大学芋 (さつま芋・揚げ油・砂糖・醤油・黒ごま) |
| 4 (木) | ごはん 鶏肉の照りチーズ焼き 煮浸し 味噌汁 バナナ | 米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・生姜・ピザチーズ 小松菜・しめじ・油揚げ・酒・みりん・醤油・薄口・だし汁 大根・人参・椎茸・みつば・味噌 | クラッカー おもしろマクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター 砂糖・生クリーム・飾りシュガー) |
| 5 (金) | 七夕冷やし中華  ミニトマト かぼちゃのそぼろ煮 すいか | 中華麺・鶏ささみ・人参・きゅうり・もやし・コーン・オクラ・鶏ガラ・酢・醤油・砂糖・みりん・ごま油 おろし生姜・すりごま・ねりごま ミニトマト かぼちゃ・鶏挽肉・みりん・砂糖・醤油・だし汁 すいか | スティックビスケット コーンおこぎり (米・とうもろこし・白だし・塩・バター) |
| 6 (土) | カラフルピラフ ウインナー スープ オレンジ | 米・ベーコン・玉葱・人参・パプリカ・ピーマン・塩・こしょう・コンソメ・バター ウインナー 青梗菜・豆腐・椎茸・コーン・コンソメ | リッツ おやつパン |
| 8 (月) | ごはん ちくわのゆかり揚げ ツナ和え 味噌汁 バナナ | 米 ちくわ・卵・小麦粉・ゆかり・揚げ油 キャベツ・もやし・ひじき・ツナ・醤油・砂糖 人参・玉葱・えのき・卵・味噌 | ポーロ スイートパンキン (かぼちゃ・バター・砂糖・生クリーム) |
| 9 (火) | ごはん 魚の香り味噌焼き いんげんのごま和え すまし汁 すいか | 米 カレイ・酒・みりん・砂糖・味噌・ごま・ごま油 いんげん・人参・すりごま・醤油・砂糖 玉葱・カットわかめ・豆腐・椎茸・塩・薄口 | クラッカー ミルク蒸パン (小麦粉・ベーキングパウダー・牛乳・砂糖 練乳・油) |
| 10 (水) | ごはん 肉豆腐 おかか和え しじみ汁 バナナ | 米 豚肉・豆腐・しらたき・玉葱・人参・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒・だし汁・油 トマト・きゅうり・大根・ツナ・かつお節・醤油・砂糖 しじみ・葱・味噌 |  ビスケット みかん寒天 (粉寒天・砂糖・みかん缶) |
| 11 (木) | 麻婆丼 中華きゅうり じゃが芋の甘辛煮 オレンジ | 米・豚肉・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・葱・にんにく・生姜・醤油・味噌・酒・砂糖・コンソメ・甜麺醬・ごま油・片栗粉 きゅうり・醤油・ごま油・塩昆布・ごま じゃが芋・みりん・醤油・砂糖・だし汁 オレンジ | チーズ みたらしだんご (白玉粉・絹ごし豆腐・砂糖・醤油・みりん 片栗粉) |
| 12 (金) | ごはん 鶏肉のはちみつ焼き 栄養さんぴら 味噌汁 バナナ | 米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・はちみつ 鶏挽肉・ごま油・人参・ピーマン・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま・だし汁 なす・玉葱・しめじ・葱・味噌 |  リッツ しみみラスク (食パン・砂糖・牛乳・ココア・バター) |
| 13 (土) | そぼろごはん ピーマン炒め 味噌汁 バナナ | 米・豚挽肉・葱・酒・砂糖・醤油 ピーマン・パプリカ・ハム・ごま油・醤油 人参・じゃが芋・厚揚げ・キャベツ・味噌 | 芋かんぴ おやつパン |
| 15 (月) | 海の日 祝日休園  | | |
| 16 (火) | ごはん 鶏レバーの煮物 梅和え 味噌汁 オレンジ | 米 鶏レバー・酒・砂糖・醤油・ごま油・生姜 長芋・きゅうり・かつお節・梅干し・砂糖・醤油 油揚げ・かぼちゃ・玉葱・白葱・味噌 オレンジ | かえり 抹茶オールファッション (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター 卵・抹茶・揚げ油) |

| | 献立名 | 材料名 | おやつ |
|-----------|--|---|--|
| 17 (水) | ごはん 鶏肉のバーベキュー焼き 切干のパリパリ炒め スープ バナナ | 米 鶏肉・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 切干大根・ベーコン・にら・酒・薄口・ごま油 オクラ・卵・人参・えのき・鶏ガラ | スティックビスケット お好み焼き (豚ばら・キャベツ・葱・長芋・小麦粉・卵 天かす・お好みソース) |
| 18 (木) | ★幼児誕生会 トマト生姜ごはん あじの南蛮漬 和え物 味噌汁 メロン | 米・だし汁・生姜・トマト・酒・みりん・塩・薄口 あじ・片栗粉・揚げ油・玉葱・ピーマン・人参・酢・砂糖・塩・薄口 キャベツ・人参・かつお節・醤油 麩・カットわかめ・しめじ・葱・味噌 | ポーロ のりせんべい (ぎょうざの皮・もみり・コーン・マヨネーズ 醤油・ピザチーズ) |
| 19 (金) | ジャージャー麺 ナムル ゆで卵 / チーズ すいか | うどん・豚挽肉・人参・玉葱・筍・葱・干し椎茸・生姜・味噌・酒・砂糖・醤油・ごま油・片栗粉 ほうれん草・もやし・すりごま・醤油・ごま油 卵・塩 / スティックチーズ すいか | クラッカー 高菜おにぎり (米・高菜漬・ごま) |
| 20 (土) | ツナマヨトースト 豆腐スープ オレンジ | 食パン・玉葱・パセリ・ツナ・コーン・マヨネーズ・ピザチーズ 豆腐・人参・椎茸・キャベツ・コンノメ オレンジ | ビスケット おやつパン |
| 22 (月) | ごはん 擬製豆腐 切干大根の煮物 味噌汁 オレンジ | 米 豆腐・鶏挽肉・玉葱・人参・ひじき・卵・酒・みりん・砂糖・醤油 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口・醤油・砂糖・だし汁 しめじ・大根・麩・にら・味噌 | リッツ ぶどうゼリー |
| 23 (火) | ごはん 鮭のオイスターマヨ焼き チョレギ風サラダ 中華スープ バナナ | 米 鮭・マヨネーズ・オイスターソース・にんにく・こしょう キャベツ・人参・もみり・醤油・ごま・ごま油 豆腐・なめこ・玉葱・白葱・鶏ガラ | 芋かんぴ マカロニきなこ (マカロニ・きなこ・砂糖・塩) |
| 24 (水) | 職員会 ハヤシライス コロコロサラダ チーズ すいか | 米・豚肉・玉葱・じゃが芋・人参・しめじ・コーン・ハヤシロウ・油 大根・きゅうり・すりごま・酢・薄口・砂糖・油 チーズ | かえり ツナしそおにぎり (米・ごま・ツナ・大葉・砂糖・みりん・醤油) |
| 25 (木) | ごはん 味噌野菜炒め 酢の物 すまし汁 バナナ | 米 豚肉・にんにく・生姜・なす・ピーマン・人参・白葱・味噌・砂糖・酒・みりん・醤油・ごま油 オクラ・大根・ちくわ・かつお節・酢・砂糖・薄口 卵・玉葱・えのき・カットわかめ・塩・薄口 | ビスケット クラッカーサンド (クラッカー・ブルーベリージャム) |
| 26 (金) | ★乳児誕生会 昆布ごはん からあげ なめたけ和え 味噌汁 メロン | 米・塩昆布 鶏肉・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 キャベツ・切干大根・人参・なめたけ・醤油 もやし・なす・油揚げ・葱・味噌 | スティックビスケット きょうりゅうのたまご (白玉粉・ベーキングパウダー・黒糖・油) |
| 27 (土) | ねぎ塩豚丼 青のりポテト 味噌汁 バナナ | 米・豚肉・白葱・玉葱・人参・もやし・にんにく・生姜・レモン汁・酒・塩・薄口・鶏ガラ・片栗粉・ごま油 じゃが芋・青のり・塩・油 油揚げ・大根・なす・みつば・味噌 | クラッカー おやつパン |
| 29 (月) | ごはん なすのミートグラタン かみかみサラダ スープ オレンジ | 米 豚挽肉・なす・玉葱・人参・ケチャップ・トマトピューレ・コンノメ・ピザチーズ・砂糖・油 小松菜・切干大根・さきいか・薄口・酢・砂糖・ごま油 コーン・キャベツ・えのき・葱・コンノメ | ポーロ おにぎり (米・なめたけ・もみり) |
| 30 (火) | ごはん 夏野菜かき揚げ 和え物 味噌汁 バナナ | 米 豚肉・なす・かぼちゃ・玉葱・みつば・卵・小麦粉・薄口・塩・酒・油 きゅうり・大根・ツナ・醤油・砂糖 人参・玉葱・こんにゃく・しめじ・味噌 | リッツ チーズケーキ (クリームチーズ・砂糖・卵・小麦粉・レモン汁 生クリーム) |
| 31 (水) | ごはん 梅しそつくね ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ | 米 鶏挽肉・玉葱・梅干し・大葉・生姜・片栗粉・酒・砂糖・醤油・塩 ひじき・ちくわ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油・だし汁 かぼちゃ・油揚げ・椎茸・カットわかめ・味噌 | チーズ ゆでとうもろこし (とうもろこし・塩) |

※献立の中の食材で、まだ食べていないものがありましたらその日までに家庭で食べていただき、何かあればお知らせください。
(家庭で食べたことのない物は保育園では提供することができません。)

※中華麺・ちくわ・マヨネーズ・パイシート・ビスケット・ホットケーキミックス・給食の丸パン類については、卵不使用のものを使用しています。
※味噌汁・すまし汁には、かつお・昆布だしを使用しています。

★たんぽぽ組、さくら組は朝おやつ・昼おやつの時に牛乳を飲み、ばら組～ひまわり組は、給食・昼おやつの時に牛乳を飲みます。
★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。