

平成30年度

7月給食献立表

なかよし保育園

日曜	昼食	おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
2月	ミートスパゲッティ ぱりぱりサラダ ステックパン	わらびもち	合挽き肉	スパゲティ・じゃが芋・マヨネーズ・スティックパン(鶏卵)・わらびもち	たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・キャベツ・きゅうり・トマト
3火	カレーライス オムレツ 千切りキャベツ トマト レンジャー オスキムミルク	クッキー 乳酸菌飲料	牛肉・パーモンドカレー・脱脂粉乳・鶏卵(オムレツ・クッキー)・乳酸菌飲料	精白米・じゃがいも・マヨネーズ・オレンジゼリー・ホットケーキミックス	にんじん・たまねぎ・キャベツ・トマト
4水	鶏しゃぶの天ぷら しょうれん草の和え物 黒飯	豆パン(ホットケーキ+金時豆)	鶏肉・冷凍しゃも・鶏卵(天ぷら)・豆乳	じゃがいも・糸こんにゃく・精白米・いりごま・ホットケーキミックス・金時豆	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・ほうれんそう
5木	鶏肉のレモン煮 千切りキャベツ トマト 野菜たっぷりスープ おじゃこ	黄金マカロニ(レーズン)	鶏肉・しらす干し・きな粉	じゃがいも・マヨネーズ・精白米・マカロニ	キャベツ・トマト・にんじん・だいこん・ねぎ・レーズン
6金	洋風ちらし寿司 そうめん 星形コロケ ススキムミルク	フルーツポンチ 星たべよ	鮭フレーク・しらす干し・鶏卵(錦糸卵・星型コロケ)・脱脂粉乳	精白米・ふ・そうめん・マヨネーズ・ほしたべよ	きゅうり・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・みかん缶・パイン缶・もも缶・バナナ
7土	にくうどん ふりかけご飯	とんがりコーン	牛肉・かつおふりかけ	細うどん・精白米・とんがりコーン	にんじん・ほうれんそう・ねぎ
9月	三色丼ぶり 豆腐とわかめのすまし汁 すいか	きなこの揚げパン	鶏卵(炒り卵)・合挽き肉・木綿豆腐・きな粉	精白米・ロールパン	ほうれんそう・乾わかめ・ねぎ・すいか
10火	マーボー豆腐 鶏のつくね 千切りキャベツ トマト おじゃこ ススキムミルク	飲むヨーグルト・マドレーヌ	木綿豆腐・合挽き肉・麻婆豆腐の素・鶏卵(鶏のつくね)・脱脂粉乳・飲むヨーグルト	マヨネーズ・精白米・マドレーヌ	にら・ねぎ・にんじん・たまねぎ・キャベツ・トマト・みかん缶
11水	塩焼きそば 卵とワカメのスープ ロールパン	五平餅風	豚肉・鶏卵(卵スープ)	中華めん・ロールパン・精白米	キャベツ・たまねぎ・にんじん・乾わかめ・ねぎ
12木	夏野菜の天ぷら きゅうりとちくわ梅肉和え ご飯 黒ゴマ おじゃこ	じゃこトースト	いんげん・きす・赤ウインナー・鶏卵(天ぷら・竹輪)・しらす干し	精白米・食パン・マヨネーズ	かぼちゃ・なす・きゅうり・乾わかめ・梅肉
13金	鯖の照り焼き プロッコの煮物 ひじきの黒ゴマ ススキムミルク	フルーツヨーグルト	さわら・鶏肉・油揚げ・鶏卵(さつま揚げ)・脱脂粉乳・プレーンヨーグルト	精白米・いりごま・マヨネーズ	ブロッコリー・ひじき・にんじん・青ピーマン・みかん缶・バナナ
14土	夏まつり	スティックパン			
16月	海の日				
17火	ササミフライ 千切りキャベツ トマト 小松菜と厚揚げの煮びたし ご飯 おじゃこ ススキムミルク	きな粉蒸しパン	鶏卵(ササミフライ)・厚揚げ・しらす干し・脱脂粉乳・きな粉	パン粉・精白米・マヨネーズ・蒸しパンミックス	キャベツ・トマト・こまつな

日曜	昼食	おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
18水	カレーの野菜あんかけ 冷やっこ ふりかけご飯	アイスクリーム・ぱりんこ	カレー・絹豆腐・かつお節・スープカップ	精白米・ぱりんこ	たまねぎ・にんじん・きぬさや・ねぎ
19木	八宝菜 はるまき チンゲン菜の和え物 おじゃこ	フルーチェ	豚肉・色板(鶏卵)・うずら卵水煮・春巻き・しらす干し・普通牛乳	精白米・フルーチェ	はくさい・青ピーマン・にんじん・もやし・生しいたけ・たまねぎ・チンゲンサイ
20金	れいめん ちくわの磯部揚げ ステックパン ススキムミルク	レーズンクッキー	焼き豚・鶏卵(錦糸卵・天ぷら粉・クッキー)・竹輪(鶏卵)・脱脂粉乳	中華めん・スティックパン(鶏卵)・ホットケーキミックス	きゅうり・もやし・トマト・チェリー缶・あおのり・レーズン
21土	ぎゅうどん 豆腐とわかめのすまし汁	ハッピーターン	牛肉・木綿豆腐	精白米・糸こんにゃく・ハッピーターン	にんじん・たまねぎ・ねぎ・乾わかめ
23月	鮭の塩焼き いんげんの和え物 切干し煮 黒こま	手作りサンドイッチ(ハム・チーズ)	塩鮭・油揚げ・鶏肉・ハム(鶏卵)・プロセスチーズ	精白米・いりごま・食パン・マヨネーズ	切干しだいこん・にんじん・いんげん・きゅうり
24火	和風ツナスパゲテ チーズサラダ ステックパン ススキムミルク	バナナ・プリッツ	シーチキン缶・切れてるチーズ・脱脂粉乳・普通牛乳・鶏卵	スパゲティ・マヨネーズ・スティックパン(鶏卵)・プリッツ	たまねぎ・にんじん・ねぎ・キャベツ・トマト・きゅうり・バナナ
25水	タンドリーチキン 千切りキャベツ トマト なすびと厚揚げの煮物 おじゃこ	マスカットゼリー ウエハース	鶏肉・ヨーグルト・カレー粉・厚揚げ・しらす干し・カレー粉	精白米・マヨネーズ・ウエハース	キャベツ・トマト・なす
26木	ハヤシライス コロコロサラダ すいか	オレンジ リンゴ	牛肉・ハヤシライスの素・魚肉ソーセージ(鶏卵)	精白米・じゃがいも・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・きゅうり・すいか・オレンジ・りんご
27金	煮魚 ごぼうの煮物 さつま芋とかぼちゃの天ぷら ご飯 黒ゴマ ススキムミルク	みかんゼリー・ハイハイイン	ぶり・鶏卵(天ぷら)・脱脂粉乳	さつまいも・精白米・いりごま・みかんゼリー・ハイハイイン	ごぼう・南瓜
28土	コロケ ツナサラダ ロールパン	パリンコ	コロケ(鶏卵)・シーチキン缶詰	マヨネーズ・ロールパン・ぱりんこ	キャベツ・きゅうり・トマト
30月	冷やしうどん カニカマとピーマンの天ぷら ステックパン	みかんヨーグルト	焼き豚・鶏卵(錦糸卵・天ぷら)・かにかまぼこ・プレーンヨーグルト	細うどん・スティックパン(鶏卵)	きゅうり・トマト・もやし・青ピーマン・ねぎ・チェリー缶・みかん缶
31火	鶏肉の照り焼き 千切りキャベツ トマト 县たくさん味噌汁 ご飯 おじゃこ ススキムミルク	バナナ パイン缶	鶏肉・油揚げ・木綿豆腐・しらす干し・脱脂粉乳	精白米・マヨネーズ	キャベツ・トマト・はくさい・だいこん・にんじん・生しいたけ・ねぎ・バナナ・パイン缶

- ※ ちょうちょう組の献立は、月齢や進み具合により、献立を変更します。
- ※ 朝10時のおやつは、ちょうちょう組・ひよこ組には、牛乳と市販のお菓子が、うさぎ組・いす組には、スキムミルクと市販のお菓子が付きます。
- ※ 白いご飯の献立の日には、ご飯の上に、おじゃこか黒ゴマが付きます。
- ※ 2歳以上のクラスの火曜日・金曜日には、給食時に、スキムミルクが付きます。
- ※ おやつのはきは、保育園で手作りしています。
- ※ 仕入などの都合により、献立を変更するときがあります。
- ※ その場合、今日の給食の写真とともに報告させていただきます。
- ※ 五平餅風……ご飯を軽くつぶして、小判型にした表面に甘いお味噌を塗ってやいたおやつです。

