

2017年 7月予定献立表

緑の家保育園

曜日	日にち	10時	おひる	おやつ	ざいりょう
月	3		ごはん もやしスープ	くずもち風 金時豆の甘煮 果物	米 豚もも 豆腐 金時豆 干海老 人参 玉葱 長葱 キャベツ 胡瓜 萵 茄子 大豆もやし 小松菜 生姜 大蒜 春雨 きな粉 若芽 胡麻
火	4	1才児 2才児 クラス	食パン 野菜のポタージュ 白身魚のトマトレモン風味 フレンチサラダ	全クラス わかめおかかおにぎり プルーン 果物	食パン 米 白身魚 大豆 じゃが芋 人参 玉葱 キャベツ ほうれん草 胡瓜 パセリ レモン プルーン レーズン 若芽 削り節 胡麻 牛乳 バター
水	5	牛	とうもろこしごはん 鶏肉のおろし玉葱ソース いんげんのごまあえ	牛 カレー冷麺 いりこ 果物	米 素麺 鶏むね 豚もも 片口鯛 豆腐 油揚げ 人参 玉葱 とうもろこし 生姜 隠元 キャベツ 小松菜 冬瓜 ほうれん草 干椎茸 胡麻
木	6		ジャージャーうどん わかめの中華あえ モロヘイヤのスープ 果物	チーズボール 果物	干餛飩 米 豚ひき 豆腐 しらす 春雨 玉葱 人参 長葱 筍 胡瓜 もやし モロヘイヤ 生姜 大蒜 コーン 胡麻 青海苔 チーズ
金	7	乳	さけ寿司 七タミートローフ 七夕ゼリー きゅうりとキャベツの梅おかかあえ	乳 誕生日ケーキ 果物	米 小麦粉 素麺 鮭 豚ひき 鶏ひき 豆腐 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 オクラ コーン 梅干し さくらんぼ オレンジジュース 削り節 胡麻 牛乳 生クリーム バター
金	21		ごはん すまし汁 きすの天ぷらかぼちゃの素揚げ添え きゅうりとキャベツの梅おかかあえ	焼きスパ 果物	米 スパゲッティ 鱈 豚もも 豆腐 人参 南瓜 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 ピーマン ほうれん草 梅干し 削り節 胡麻 青海苔
土	8	100cc	きな粉ごはん 鶏の照り焼き 切り干し大根の炒め煮 果物	100cc 青海苔ラスク 果物	米 食パン 鶏もも 豚もも 油揚げ 豆腐 人参 キャベツ 小松菜 生姜 干椎茸 若芽 青海苔 きな粉 チーズ
月	10		ごはん かじき鮓のみそ焼き ネバネバサラダ 果物	人参ゼリー 茹で枝豆	米 目撃木 鶏もも しらす 枝豆 じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 胡瓜 オクラ ズッキーニ オレンジジュース 干椎茸 削り節 若芽 胡麻 生クリーム
火	11		食パン 鶏肉の南国風 トロピカルサラダ 果物	きな粉のホロホロ 茹でとうもろこし	食パン 小麦粉 鶏もも ベーコン 人参 玉葱 とうもろこし キャベツ 胡瓜 レタス トマト ほうれん草 生姜 大蒜 みかん缶 バイン缶 レーズン きな粉 チーズ 牛乳
水	12		ひじきごはん あじの塩焼き みそ汁 白あえ	芋かりんとう 果物	米 鱈 高野豆腐 油揚げ 豆腐 さつま芋 人参 玉葱 茄子 キャベツ 隠元 ほうれん草 ひじき 胡麻 バター
木	13		トマトクリームスパゲッティ ツナと豆のサラダ ベジタブルスープ	ぼたぼた焼きおにぎり 果物	スパゲッティ 米 鶏むね ベーコン 大豆 ツナ缶 じゃが芋 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 ほうれん草 コーン トマトピューレ マッシュルーム 海苔 チーズ 牛乳 バター
金	14		なすとピーマンのドライカレー シーザーサラダ 洋風スープ	豚汁すいとん 果物	米 小麦粉 豚ひき 豚もも 鶏ひき 大豆 油揚げ じゃが芋 人参 玉葱 牛蒡 ほうれん草 茄子 ピーマン キャベツ 胡瓜 生姜 大蒜 コーン トマトピューレ チーズ
土	15		ごはん 白身魚の南部焼き 煮浸し じゃが芋と玉葱の みそ汁 果物	ハニーチーズトースト 果物	米 食パン 白身魚 油揚げ しらす じゃが芋 人参 玉葱 キャベツ 小松菜 若芽 胡麻 チーズ
	29				

