



# 平成29年 7月の献立

認定こども園 ほそだ

1・3・5週						
曜	日	朝のおやつ	材料名	主食・フルーツ	3時のおやつ	
月	10 24	あずきクラッカー	タコライス じゃが芋とピーマンのソテー ツナと胡瓜の酢の物 春雨の中華スープ	豚挽肉・玉葱・人参・レタス・トマト・カレー粉・ケチャップ・ウスターソース じゃが芋・ピーマン ツナ缶・胡瓜・蓮根・わかめ・レモン汁 春雨・玉葱・人参・小松菜	ごはん バナナ	牛乳 畑のクラッカー すいか
火	11 25	ミレービスケット	あじのフライ ラウトウイユ 梅マヨサラダ わかめのみそ汁	あじ・小麦粉・パン粉 茄子・玉葱・ズッキーニ・黄パプリカ・トマト缶 ブロッコリー・胡瓜・梅干し・マヨネーズドレッシング わかめ・玉葱・しめじ・味噌	ごはん バナナ	牛乳 昆布おにぎり 昆布・ごま
水	12 26	ねじりん棒	酢豚 蓮根の炒め物 オクラのおかか和え じゃが芋のみそ汁	豚肉・玉葱・ピーマン・人参・黄パプリカ・ケチャップ 蓮根・ブロッコリー・ごま・ごま油 オクラ・きょうべつ・小松菜・えのき・鰹節 じゃが芋・玉葱・葱・味噌	ごはん オレンジ	牛乳 黒糖レーズン蒸しパン 小麦粉・レーズン 豆乳・BP
木	13 27	ミルクスティック	さげの南蛮漬け 南瓜と厚揚げの煮物 きょうべつのごま味噌和え 冬瓜のすりおろし汁	さげ・玉葱・赤パプリカ 南瓜・厚揚げ・人参・枝豆 鶏ささみ・きょうべつ・ほうれん草・味噌・ごま 冬瓜・えのき・三つ葉	ごはん すいか	牛乳 牛乳かりんとう 紫芋チップ
金	14 28	野菜スティック	鶏肉の照り焼き 切干大根の煮物 豆腐のサラダ もやしのみそ汁	鶏肉 切干大根・干し椎茸・人参・三度豆 豆腐・ひじき・ほうれん草・トマト・大葉・ごま・ごま油 もやし・茄子・きょうべつ・味噌	ごはん バナナ	牛乳 麩のきなこラスク 麩・生クリーム きなこ・バター
土	15 29	ポップコーン	やきそば ツナサラダ 南瓜のみそ汁	豚肉・きょうべつ・人参・玉葱・もやし・お好みソース ツナ缶・ブロッコリー・胡瓜・コーン 南瓜・玉葱・葱・味噌	中華麺 オレンジ	牛乳 ねじりん棒 ミレービスケット
2・4・6週						
月	3 17 31	畑のクラッカー	夏野菜カレー ブロッコリーのマヨネーズ和え パプリカのおかか炒め	豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・南瓜・オクラ・トマト缶・生姜・カレールウ ブロッコリー・アスパラガス・マヨネーズドレッシング 黄パプリカ・ピーマン・人参・鰹節	ごはん オレンジ	牛乳 胚芽スティック 野菜スナック
火	4 18	あずきクラッカー	さげじゃが 高野豆腐の煮付け 胡瓜の酢の物 小松菜の中華スープ	さげ・じゃが芋・三度豆・生姜 高野豆腐・人参・玉葱 胡瓜・きょうべつ・わかめ・黄パプリカ 小松菜・玉葱・人参・コーン	ごはん バナナ	お茶・ミレービスケット ももヨーグルト スキムミルク・黄桃缶
水	5 19	野菜スティック	鶏肉の甘酢みぞれ炒め 南瓜サラダ 人参ナムル 茄子のみそ汁	鶏肉・大根 南瓜・胡瓜・人参・マヨネーズドレッシング 人参・もやし・アスパラガス・ごま油 茄子・玉葱・えのき・味噌	ごはん バナナ	牛乳 ひじきスティック 畑のクラッカー
木	6	ミレービスケット	カレイの塩焼き ひじきの煮物 じゃが芋のごま酢和え えのきのお吸い物	カレイ ひじき・大豆・人参・玉葱 じゃが芋・胡瓜・ほうれん草・ごま えのき・しめじ・玉葱・葱	ごはん すいか	牛乳 豆乳チーズケーキ クリームチーズ・豆乳 小麦粉・BP
金	21	ミルクスティック	さわらの野菜あんかけ 胡瓜のレモン和え きょうべつの煮浸し 豆腐のみそ汁	さわら・人参・しめじ・生姜 胡瓜・赤パプリカ・玉葱・レモン汁・鰹節 きょうべつ・人参・えのき 豆腐・大根・葱・味噌	ごはん りんご	牛乳 ココアちんすこう ココア・小麦粉
土	8 22	ポップコーン	いろどりご飯 きょうべつのサラダ 白葱のみそ汁	鶏挽肉・人参・玉葱・コーン・グリーンピース きょうべつ・人参・もやし 白葱・じゃが芋・味噌	ごはん オレンジ	牛乳 カレーねじりん棒 動物ビスケット
七 タ ラ ン チ	7	ミルクスティック	どうもろこしご飯 香草パン粉焼き ブロッコリーのおかかマヨ和え フライドポテト 七タにゆうめん	どうもろこし さげ・パン粉・レモン汁・パセリ ブロッコリー・きょうべつ・人参・赤パプリカ・マヨネーズドレッシング・鰹節 じゃが芋 そうめん・オクラ・人参	ごはん ぶどう	牛乳 七タケーキ 小麦粉・牛乳・バター BP・パイン缶
ラン チ デー	20	ミレービスケット	わかめごはん 鶏の唐揚げ レモンクリームスパゲティ かぼちゃサラダ ミネストローネ	わかめ・ゆかり 鶏肉 スパゲティ・玉葱・アスパラガス・ツナ缶・生クリーム・レモン汁 南瓜・胡瓜・ブロッコリー・三度豆 きょうべつ・人参・じゃが芋・トマト缶・コンソメ	ごはん すいか	牛乳 わらびもち 片栗粉・きな粉

☆だし汁は、昆布、いりこ、かつお、あじ、さばでとっています。

☆調味料は記載以外に、だし汁・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・植物油・酢・片栗粉・鶏ガラスープの素を使用しています。

☆延長保育はお茶と駄菓子又はおにぎりを提供します。

☆BPはベーキングパウダーです。

☆マヨネーズドレッシングは卵を使用していません。卵アレルギーのお子様も食べられます。

