

2021年7月

## 予定献立表

きりしま保育園

日付	曜日	献立名		おやつ
1	木	豚肉のみそ炒め	豚もも 玉ねぎ 人参 なす 油 だし入りみそ しょうゆ みりん	おからドーナツ おから 小麦粉 マーガリン 卵 牛乳 ベーキングパウダー 三温糖 油 牛乳
15	木	春雨スープ ごはん	春雨 玉ねぎ ねぎ ベーコン コンソメ しょうゆ 塩 米	米粉クッキー 米粉 三温糖 片栗粉 油 ホットケーキミックス(かぼちゃ風味) 牛乳
29	木	焼肉 春雨スープ ごはん	牛もも 玉ねぎ ピーマン 人参 油 にんにく りんごソース 三温糖 しょうゆ みりん 酢 ごま油 ごま 春雨 玉ねぎ ねぎ ベーコン コンソメ しょうゆ 塩 米	米粉クッキー 米粉 三温糖 片栗粉 油 ホットケーキミックス(かぼちゃ風味) 牛乳
2	金	白身魚の甘辛煮 ごま酢和え みそ汁 ごはん	たら 片栗粉 油 しょうが 三温糖 しょうゆ みりん 水 白菜 人参 キャベツ 三温糖 しょうゆ 酢 ごま 豆腐 わかめ 油揚げ ねぎ かつおだし汁 だし入りみそ 米	2・30日 パインかん 粉寒天 三温糖 水 パインジュース 牛乳 16日 ヨーグルト サラダせんべい
3	土	たぬきうどん チーズ	うどん 鶏もも 油揚げ 人参 玉ねぎ 白菜 白ねぎ かつおだし汁 しょうゆ みりん プロセスチーズ	北海道ミルクパン 雪の宿 牛乳
17	土	和風ちゃんぽん チーズ	中華めん ベーコン キャベツ 人参 ゆでたけのこ もやし ねぎ コンソメ しょうゆ プロセスチーズ	カスタードロールパン ぼたぼた焼き 牛乳
31	土	わかめうどん チーズ	うどん 鶏もも 玉ねぎ 人参 わかめ 粒コーン コンソメ しょうゆ 塩 プロセスチーズ	練乳いちごパン サラダせんべい 牛乳
5	月	ハヤシライス ツナサラダ ごはん	牛もも 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コンソメ マーガリン 牛乳 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマトピューレ しょうゆ ウスターソース ツナ缶 きゅうり わかめ 酢 ごま油 三温糖 しょうゆ 米	いちごサブレ マーガリン 三温糖 小麦粉 ベーキングパウダー いちごジャム 牛乳
6	火	鶏の照焼き トマトサラダ みそ汁 ごはん	鶏もも 三温糖 みりん しょうゆ しょうが トマト きゅうり キャベツ 塩 酢 油 三温糖 人参 大根 もやし ねぎ かつおだし汁 だし入りみそ 米	ロールサンド ロールパン りんごジャム 牛乳
20	火	鶏の唐揚げ ごま和え みそ汁 ごはん	鶏もも 塩 酒 しょうが 片栗粉 油 しょうゆ キャベツ ほうれん草 人参 三温糖 しょうゆ ごま 大根 もやし 油揚げ かつおだし汁 だし入りみそ 米	牛乳
7	水	天ぷら ゆかり和え そうめん汁 ごはん	ささみ かぼちゃ 小麦粉 卵 塩 油 きゅうり もやし 白菜 ゆかり そうめん オクラ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 米	オレンジゼリー(あひる・ぺんぎん) 七夕三色ゼリー (ぼんだ・ほし・にじ・つき・らいおん) 星たべよ 牛乳
21	水	魚のごまだれ焼き 切干大根煮 すまし汁 ごはん	かれい しょうが しょうゆ みりん 三温糖 水 酒 片栗粉 ごま 切干大根 油揚げ 人参 三度豆 油 三温糖 しょうゆ みりん だし汁 冬瓜 みつば かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 片栗粉 米	枝豆 枝豆 塩 ミレービスケット 牛乳
8	木	スパニッシュオムレツ おかか和え みそ汁 ごはん	じゃが芋 人参 玉ねぎ ベーコン マーガリン 卵 ケチャップ ウスターソース 三温糖 油 ほうれん草 人参 キャベツ かつお粉 しょうゆ わかめ 玉ねぎ かつおだし汁 みそ	沖縄風くずもち 片栗粉 黒砂糖 水 きなこ 三温糖 牛乳
9	金	魚の煮付け ごま和え けんちん汁 ごはん	さわら しょうが しょうゆ みりん 三温糖 だし汁 小松菜 キャベツ 三温糖 しょうゆ ごま ごぼう 人参 大根 えのき ねぎ 豆腐 かつおだし汁 しょうゆ 塩 米	りんごケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 マーガリン 三温糖 牛乳 りんご 牛乳
10	土	和風ちゃんぽん チーズ	中華めん ベーコン キャベツ 人参 ゆでたけのこ もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 プロセスチーズ	練乳いちごパン サラダせんべい 牛乳
24	土	コンソメラーメン チーズ	中華めん ベーコン 白菜 玉ねぎ 粒コーン ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 プロセスチーズ	北海道ミルクパン サラダせんべい 牛乳
12	月	タンダーチキン おかか和え トマトスープ ごはん	鶏もも プレーンヨーグルト ケチャップ しょうゆ カレー粉 にんにく 塩 ブロッコリー 人参 粒コーン かつお粉 しょうゆ トマト キャベツ 玉ねぎ ベーコン コンソメ しょうゆ 塩 米	焼きそば 中華めん 豚もも キャベツ 人参 ウスターソース 青のり 油 牛乳
13	火	麻婆豆腐 わかめスープ ごはん	豆腐 豚ひき肉 たら 玉ねぎ しょうが 油 ごま油 塩 しょうゆ 三温糖 片栗粉 赤みそ わかめ もやし 玉ねぎ 粒コーン コンソメ しょうゆ 塩 米	クラッカー チーズ
14	水	鮭の塩焼き みかんサラダ みそ汁 ごはん	さけ 塩 みかん缶 きゅうり キャベツ 酢 油 三温糖 塩 人参 玉ねぎ じゃが芋 かつおだし汁 だし入りみそ 米	ウインナー蒸しパン 蒸しパンミックス 水 ウインナー 牛乳

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります

2021年7月

## 予定献立表

こうたり保育園

日付	曜日	献立名		おやつ	延長補食
1	木	豚肉のみそ炒め	豚もも 玉ねぎ 人参 なす 油 だし入りみそ しょうゆ みりん	おからドーナツ おから 小麦粉 マーガリン 卵 牛乳 ベーキングパウダー 三温糖 油	
15	木	春雨スープ ごはん	春雨 玉ねぎ ねぎ ベーコン コンソメ しょうゆ 塩 米	牛乳	わかめごはん
29	木	焼肉	牛もも 玉ねぎ ピーマン 人参 油 にんにく りんごソース 三温糖 しょうゆ みりん 酢 ごま油 ごま	米粉クッキー 米粉 かぼちゃ 三温糖 豆乳 ベーキングパウダー 片栗粉 油	
2	金	春雨スープ ごはん	春雨 玉ねぎ ねぎ ベーコン コンソメ しょうゆ 塩 米	牛乳	
16	金	白身魚の甘辛煮 ごま酢和え みそ汁 ごはん	たら 片栗粉 油 しょうが 三温糖 しょうゆ みりん 水 白菜 人参 キャベツ 三温糖 しょうゆ 酢 ごま 豆腐 わかめ 油揚げ ねぎ かつおだし汁 だし入りみそ 米	パインかん 粉寒天 三温糖 水 パインジュース	ソフト せんべい
30	金	みそ汁 ごはん	豆腐 わかめ 油揚げ ねぎ かつおだし汁 だし入りみそ 米	牛乳	
3	土	たぬきうどん ごはん(ふりかけ)	うどん 鶏もも 油揚げ 人参 玉ねぎ 白菜 白ねぎ かつおだし汁 しょうゆ みりん 米	北海道ミルクパン 雪の宿 牛乳	
17	土	和風ちゃんぽん ごはん(ふりかけ)	中華めん ベーコン キャベツ 人参 ゆでたけのこ もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 米	カスタードロールパン ぼたぼた焼き 牛乳	まがり せんべい
31	土	わかめうどん ごはん(ふりかけ)	うどん 鶏もも 玉ねぎ 人参 わかめ 粒コーン コンソメ しょうゆ 塩 米	練乳いちごパン サラダせんべい 牛乳	
5	月	ハヤシライス ツナサラダ ごはん	牛もも 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コンソメ マーガリン 牛乳 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマトピューレ しょうゆ ウスターソース ツナ缶 きゅうり わかめ 酢 ごま油 三温糖 しょうゆ 米	いちごサブレ マーガリン 三温糖 小麦粉 ベーキングパウダー いちごジャム 牛乳	雪の宿
19	月	ツナサラダ ごはん	ツナ缶 きゅうり わかめ 酢 ごま油 三温糖 しょうゆ 米		
6	火	鶏の照焼き トマトサラダ みそ汁 ごはん	鶏もも 三温糖 みりん しょうゆ しょうが トマト きゅうり キャベツ 塩 酢 油 三温糖 人参 大根 もやし ねぎ かつおだし汁 だし入りみそ 米	ロールサンド ロールパン りんごジャム 牛乳	鮭フレーク ごはん
20	火	鶏の唐揚げ ごま和え みそ汁 ごはん	鶏もも 塩 酒 しょうが 片栗粉 油 しょうゆ キャベツ ほうれん草 人参 三温糖 しょうゆ ごま 大根 もやし 油揚げ かつおだし汁 だし入りみそ 米		
7	水	天ぷら ゆかり和え そうめん汁 ごはん	ささみ かぼちゃ 小麦粉 卵 塩 油 きゅうり もやし 白菜 ゆかり そうめん オクラ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 米	りんごゼリー、ぼたぼた焼き(あひる・うさぎ) 七夕三色ゼリー、星たべよ (ぺんぎん・りす・きりん・ぱんだ・くま・ぞう・ らいおん・とら)	ベジロール (にんじん)
21	水	魚のごまだれ焼き 切干大根煮 すまし汁 ごはん	さわら しょうが しょうゆ みりん 三温糖 水 酒 片栗粉 ごま 切干大根 油揚げ 人参 三度豆 油 三温糖 しょうゆ みりん だし汁 冬瓜 みつば かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 片栗粉 米	枝豆 枝豆 塩 おこめせん 牛乳	
8	木	スパニッシュオムレツ 中華風トマトサラダ コンソメスープ ごはん	じゃが芋 人参 ベーコン マーガリン 卵 ケチャップ ウスターソース 三温糖 油 トマト 粒コーン ブロッコリー ごま油 酢 しょうゆ 三温糖 塩 キャベツ 玉ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 米	ウインナー蒸しパン 蒸しパンミックス 水 ウインナー 牛乳	ごま塩ごはん
9	金	魚の煮付け ごま和え けんちん汁 ごはん	かれい しょうが しょうゆ みりん 三温糖 だし汁 小松菜 キャベツ 三温糖 しょうゆ ごま ごぼう 人参 大根 えのき ねぎ 豆腐 かつおだし汁 しょうゆ 塩 米	沖縄風くずもち 片栗粉 黒砂糖 水 きなこ 三温糖 牛乳	まがり せんべい
10	土	和風ちゃんぽん ごはん(ふりかけ)	中華めん ベーコン キャベツ 人参 ゆでたけのこ もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 米	練乳いちごパン サラダせんべい 牛乳	
24	土	コンソメラーメン ごはん(ふりかけ)	中華めん ベーコン 白菜 玉ねぎ 粒コーン ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 米	北海道ミルクパン まがりせんべい 牛乳	ぼたぼた焼き
12	月	タンダーチキン フレンチサラダ トマトスープ ごはん	鶏もも プレーンヨーグルト ケチャップ しょうゆ カレー粉 にんにく 塩 ブロッコリー 粒コーン 油 三温糖 塩 酢 トマト キャベツ 玉ねぎ ベーコン コンソメ しょうゆ 塩 米	焼きそば 中華めん 豚もも キャベツ 人参 ウスターソース 青のり 油 牛乳	雪の宿
26	月	タンダーチキン フレンチサラダ トマトスープ ごはん	鶏もも プレーンヨーグルト ケチャップ しょうゆ カレー粉 にんにく 塩 ブロッコリー 粒コーン 油 三温糖 塩 酢 トマト キャベツ 玉ねぎ ベーコン コンソメ しょうゆ 塩 米	牛乳	
13	火	麻婆豆腐 たたききゅうり わかめスープ ごはん	豆腐 豚ひき肉 たら 玉ねぎ しょうが 油 ごま油 塩 しょうゆ 三温糖 片栗粉 赤みそ きゅうり ごま油 しょうゆ 酢 三温糖 水 塩 わかめ もやし 玉ねぎ 粒コーン コンソメ しょうゆ 塩 米	クラッカー チーズ	ゆかりごはん
27	火	たたききゅうり わかめスープ ごはん	豆腐 豚ひき肉 たら 玉ねぎ しょうが 油 ごま油 塩 しょうゆ 三温糖 片栗粉 赤みそ きゅうり ごま油 しょうゆ 酢 三温糖 水 塩 わかめ もやし 玉ねぎ 粒コーン コンソメ しょうゆ 塩 米		
14	水	鮭の塩焼き みかんサラダ みそ汁 ごはん	さけ 塩 みかん缶 きゅうり キャベツ 酢 油 三温糖 塩 人参 玉ねぎ じゃが芋 かつおだし汁 だし入りみそ 米	お好み焼き 豚もも 小麦粉 だし汁 ねぎ 卵 長芋 キャベツ ウスターソース ケチャップ 塩 ベーキングパウダー 青のり 粉かつお 油	カスタード ロールパン
28	水	鮭の塩焼き みかんサラダ みそ汁 ごはん	さけ 塩 みかん缶 きゅうり キャベツ 酢 油 三温糖 塩 人参 玉ねぎ じゃが芋 かつおだし汁 だし入りみそ 米		

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります