



7月献立表



2018年度 鳥山杉の子保育園

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料
月	2/30	梅じゃごはん メダイのムニエル オクラの和風サラダ 茄子のみそ汁	お芋のタルト* 牛乳*	米・梅干し・しそ・しらす・ダイ 薄力粉・マーガリン・レモン・パセリ・鶏肉・ オクラ・きゅうり・人参・茄子・じゃが芋・ 玉葱・ほうれん草・舞茸・ 切り干し大根・さつま芋・生クリーム・卵・ クッキー・ゴマ・牛乳	9/23	ごはん 鶏肉の梅味噌焼き 枝豆の白和え 南瓜とオクラのみそ汁	えびせん 牛乳*	米・鶏肉・生姜・梅干し・しそ・豆腐・ 枝豆・ひじき・人参・ゴマ・玉葱・オクラ・ 南瓜・油揚げ・えのき・茄子・ 桜エビ・牛乳
火	3/31	ジャージャー麺 じゃが芋の中華サラダ 酸辣湯*	焼きとうもろこし 牛乳*	乾麺・もやし・きゅうり・人参・豚肉・ ニンニク・干し椎茸・筍・長葱・玉葱・ じゃが芋・ハム・豆腐・春雨・いんげん・ えのき・卵・とうもろこし・牛乳	10/24	ごはん さんが焼き 冬瓜そぼろ煮 ためぎ汁	シナモントースト 牛乳*	米・鰯・生姜・長葱・ゴマ・しそ・冬瓜・ 豚肉・こんにやく・ごぼう・人参・ 油揚げ・干し椎茸・里芋・山椒・ 食パン・マーガリン・シナモン・牛乳
水	4/18	ナン 夏野菜カレー スティックサラダ(ツナマヨネーズ)* 飲むヨーグルト	サイダーゼリー お茶	強力粉・薄力粉・はちみつ・イースト・ 玉葱・茄子・オクラ・スッキニ・人参・ 豚肉・南瓜・パプリカ・いんげん・ カレールウ・きゅうり・レタス・トマト・マヨネーズ・ ツナ・飲むヨーグルト・アガー・サイダー・ ぶどうジュース・お茶	11/25	食パン(ジャム) ハーブチーズハンバーグ* イタリアンサラダ マダガスカル風スープ	11日かぼちゃアイス* 25日フローズンヨーグルト お茶	食パン・ジャム・豚肉・玉葱・パン粉・卵・ チーズ・パセリ・パセリ・レタス・きゅうり・トマト・ アスパラ・水菜・人参・ブロッコリー・ウイナー・ パプリカ・キャベツ・南瓜・生クリーム・牛乳・ お茶・ヨーグルト・みかん缶
木	5/19	玄米ごはん(オカカふりかけ) コーン肉じゃが キャベツときゅうりの浅漬け けんちん汁	5日レモンクッキー 19日トマトバジルクッキー 牛乳*	玄米・昆布・オカカ・ゴマ・豚肉・じゃが芋・ 玉葱・人参・白滝・しめじ・とうもろこし・ キャベツ・きゅうり・しそ・長葱・里芋・ごぼう・ 大根・油揚げ・小松菜・豆腐・こんにやく・ 薄力粉・マーガリン・レモン・牛乳・トマト・チーズ・ バジル	12/26	玄米ごはん 豆腐とササミのうま煮 かぼちゃの塩バター 具だくさんみそ汁	桃のケーキ* 牛乳*	玄米・豆腐・鶏肉・干し椎茸・人参・ 枝豆・南瓜・マーガリン・大根・えのき・ さつま芋・玉葱・小松菜・油揚げ・ 桃缶・卵・薄力粉・アーモンド・牛乳
金	6/20	七たちらし* (20日ひつまぶし) 竹輪の磯辺揚げ 短冊すまし汁	6日七夕そうめん 20日そうめん お茶	米・卵・海老・人参・干し椎茸・油揚げ・ 蓮根・いんげん・竹輪・青のり・ 薄力粉・長葱・えのき・筍・麩・オクラ・ そうめん・トマト・きゅうり・お茶・鰻・ 海苔・万能葱・ごぼう・ひじき	13/27	ごはん 酢豚 きゅうりの中華風浅漬け 生姜スープ*	ずんだ団子 お茶	米・豚肉・生姜・玉葱・人参・ピーマン・ 干し椎茸・筍・ニンニク・きゅうり・鶏肉・ えのき・青梗菜・卵・牛乳・枝豆・お茶
土	7/21	豚竜田井 なめこ豆腐のみそ汁	お菓子* 牛乳*	米・豚肉・きゅうり・レタス・しそ・長葱・ ゴマ・玉葱・人参・なめこ・豆腐・ ほうれん草・お菓子・牛乳	14/28	冷やしきつねうどん かぶの梅和え	お菓子* 牛乳*	乾麺・油揚げ・きゅうり・わかめ・ 鶏肉・かぶ・人参・梅干し・かぶの葉・ オカカ・お菓子・牛乳

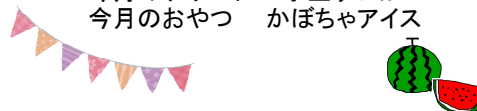
今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 547kcal たんぱく質 20.7g 脂質 18.5g 塩分 1.9g

代替え食(アレルギー等)
代替え食とは、アレルギーのあるお子さんに対して、食べられない食品を除き食べられる食品で作る料理です。
献立名に*印のあるものは、一人一人にあわせた代替え食または除去食を用意します。
今月除去対象の食品は、鶏卵・乳・アーモンドです。

玄米ごはんのメニューの日は、0・1歳児グループと一時保育は七分搗き米に替えて提供します。

お誕生日を祝って

今月のデザート 小玉すいか
今月のおやつ かぼちゃアイス



~今月の郷土食~

ひつまぶし(愛知)
ずんだ団子(宮城・山形)
さんが焼き(千葉)



☆献立及び食材は都合により変更する場合があります。ご了承ください☆