



7月献立表



2019年度 烏山杉の子保育園分園みなみ風

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料
月	1 / 29	梅じゃこごはん メダイのムニエル オクラの和風サラダ 茄子のみそ汁	お好み焼き※ 牛乳※	米・梅干・大葉・しらす・メダイ・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・オカカ・茄子・じゃが芋・ 玉葱・切干大根・えのき・小松菜・キャベツ・ 長葱・豚肉・卵・青のり・牛乳	8 / 22	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・大葉・豆腐・ 枝豆・ひじき・人参・オカカ・玉葱・ オクラ・南瓜・油揚げ・えのき・茄子・ 桜海老・青のり・牛乳
火	2 / 16 / 30	夏野菜ひき肉カレー スティックサラダ(ツナマヨネーズ) りんごジュース	ゼリー お茶	米・豚肉・玉葱・茄子・人参・ズッキーニ・ パプリカ・南瓜・オクラ・いんげん・カールウ・ トマト・きゅうり・大根・ツナ・マヨネーズ・ りんごジュース・アガー・ジュース・お茶	9 / 23	ごはん さんが焼き 冬瓜そぼろ煮 たぬき汁	枝豆おにぎり お茶	米・鯛・生姜・長葱・大葉・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・枝豆・塩昆布・ 粉チーズ・お茶
水	3 / 17 / 31	ごはん 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	3日プレーンクッキー 17日レモンクッキー 31日ビスコッティ※ 牛乳※	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・白滝・ しめじ・コーン・キャベツ・きゅうり・大葉・ 長葱・里芋・ごぼう・大根・油揚げ・豆腐・ こんにやく・小松菜・マーガリン・薄力粉・ 牛乳・レモン・レーズン・卵・アーモンド	10 / 24	食パン(10日ジャム・ 24日はちみつマーガリン) 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	10日かぼちゃアイス※ 24日みかんヨーグルト※ お茶	食パン・ジャム・はちみつ・マーガリン・豚肉・玉葱・ チーズ・パプリカ・パセリ・レタス・きゅうり・ トマト・水菜・アスパラ・人参・ウインナー・ パプリカ・キャベツ・ブロッコリー・南瓜・牛乳・ 生クリーム・卵・みかん缶・ヨーグルト・お茶
木	4 / 18	七夕ちらし(19日ひつまぶし) 竹輪の磯辺揚げ※ すまし汁	4日七夕そうめん 18日そうめん お茶	米・海老・人参・干し椎茸・油揚げ・蓮根・ コーン・海苔・鰻・青葱・ひじき・竹輪・ 青のり・薄力粉・長葱・えのき・小松菜・ 麩・そうめん・ミニトマト・オクラ・お茶	11 / 25	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	桃ケーキ※ 牛乳※	米・豆腐・鶏肉・干し椎茸・人参・枝豆・ 南瓜・マーガリン・大根・さつまいも・ えのき・玉葱・油揚げ・小松菜・もも缶・ 卵・薄力粉・アーモンド・牛乳
金	5 / 19	ジャージャー麺 じゃが芋の中華サラダ 酸辣湯	バター醤油焼とうもろこし 牛乳※	乾麺・もやし・きゅうり・人参・豚肉・筍・ ニンニク・干し椎茸・長葱・玉葱・ハム・ じゃが芋・豆腐・春雨・えのき・コーン・ いんげん・とうもろこし・マーガリン・牛乳	12 / 26	ハヤシライス グリーンサラダ コロコロ夏野菜スープ	ハーブ塩ポップコーン 牛乳※	米・豚肉・玉葱・人参・マッシュルーム・ いんげん・マーガリン・薄力粉・トマト・ きゅうり・レタス・コーン・パプリカ・南瓜・ オクラ・とうもろこし・パプリカ・パセリ・牛乳
土	6 / 20	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・大葉・長葱・ 玉葱・人参・なめこ・豆腐・ほうれん草・ お菓子・牛乳	13 / 27	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・オカカ・お菓子・牛乳

🌸 今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 563kcal たんぱく質 20.5g 脂質 18.2g 塩分 1.8g

🌸 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。

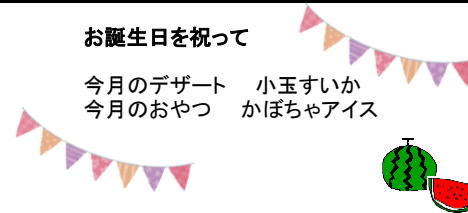
今月除去対象の食品は、鶏卵・牛乳・乳製品です。

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)
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☆