



7月こんだてひょう



令和2年7月 南今泉保育園

曜日	日	未満児おやつ	副 食	材 料	未満児	3時 おやつ
月	13 27	牛乳 卵ボーロ	いりどり きゃべきゃべサラダ 小松菜の味噌汁	じゃが芋・鶏肉・人参・ごぼう・竹の子・干し椎茸・グリーンピース・炒め油 キャベツ・人参・ホールコーン・ツナ缶・マヨネーズ /砂糖・醤油・みりん 小松菜・豆腐・油揚げ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ブルーベリーマフィン 小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖 ブルーベリージャム・油(バター)・豆乳
火	14 28	牛乳 バナナ	魚のみそ煮 おぐらの和え物 もずくのすまし汁	魚切り身・大根・人参・生姜・砂糖・醤油・みりん・味噌 オクラ・ひきわり納豆・人参・かつお節・醤油 もずく・えのき茸・人参・葱・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	お茶 アイスクリーム クラッカー
水	1 15 29	飲むヨーグルト	ズッキーニ入りみそ炒め キャベツのゆかり和え お麩のすまし汁	豚肉・玉ねぎ・ズッキーニ・ピーマン・カラーピーマン・人参・ナス・シメジ茸・生姜 キャベツ・人参・ゆかり粉 /油・砂糖・味噌・醤油・みりん・酒・片栗粉 小松菜・麩・豆腐・人参・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	お茶 バナナ せんべい
木	2 16 30	牛乳 ビスコ	ひじき入りハンバーグ マカロニソテー・(添)ゆで枝豆 星の子スープ	合挽きミンチ・玉葱・ひじき・生パン粉・牛乳・卵・塩こしょう・油・ケチャップ・ソース・砂糖 マカロニ・玉葱・ピーマン・ウインナー・油・ケチャップ・固形コンソメ・塩 /枝豆・塩 おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・塩こしょう・煮干し	ごはん	お茶 すいか 丸ボーロ
金	3 17 31	牛乳 桃缶	魚のカレー揚げ ブロッコリーのおかかチーズ和え 豆腐のみそ汁	白身魚・生姜・卵・砂糖・醤油・酒・カレー粉・片栗粉・揚げ油 ブロッコリー・プロセスチーズ・人参・かつお節・醤油 豆腐・人参・えのき茸・玉葱・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・アップルゼリー (アップルジュース・アガー・砂糖・水) せんべい
土	4 18	牛乳 クッキー	サラダうどん 添)トマト オニオンスープ	うどん・レタス・胡瓜・ツナ缶・レモン汁・卵・油・酢・醤油 トマト /砂糖・リンゴ・玉ねぎ・ごま・だし汁 玉葱・人参・ベーコン・貝割れ菜・塩こしょう・醤油・煮干し(鶏がら)		牛乳 スティックパン
月	6 20	牛乳 ビスケット	鶏肉のワイン煮 マセドアンサラダ/添え野菜 コーンスープ	鶏肉・油・砂糖・醤油・ワイン 胡瓜・じゃが芋・人参・マヨネーズ・ヨーグルト・塩こしょう /レタス・トマト ホールコーン・クリームコーン・玉葱・バター・人参・豆乳・パセリ・塩こしょう・鶏がら	パン	お茶 カップヨーグルト
火	7 21	牛乳 コーンフレーク	牛肉の甘辛炒め トマトの甘酢づけ ソーメンのすまし汁	牛肉・ピーマン・カラーピーマン・玉葱・油・砂糖・醤油・みりん トマト・玉葱・パセリ・砂糖・酢・塩・油 そうめん・かまぼこ・卵・ねぎ・醤油・塩・だし昆布・かつお節	ごはん	牛乳・コーンドーナツ ホールコーン・小麦粉・ベーキン グパウダー・卵・砂糖・豆乳・油
水	8 22	飲むヨーグルト	魚の塩焼き わかめときゅうりの酢の物 じゃが芋のみそ汁	魚切り身・塩 乾燥わかめ・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・醤油 じゃが芋・玉葱・厚揚げ・葱・味噌・煮干し /オレンジ	ごはん	牛乳・たこ焼き風 たこ・えび・きゃべつ・人参・小麦粉・卵・油・ 青のり・鰹節・ケチャップ・中濃ソース
木	23 (海の日)					
金	10	牛乳 せんべい	魚の南蛮 カボチャの煮物 なすのみそ汁	魚切り身・塩こしょう・片栗粉・油・玉ねぎ・胡瓜・トマト・砂糖・酢・醤油・だし汁 カボチャ・砂糖・醤油・だし汁(小豆) なす・えのき茸・人参・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 生パイン サブレ
土	11 25	牛乳 クッキー	焼きビーフン ニラ入りかきたま汁 果物	ビーフン・豚肉・むきえび・玉葱・人参・ピーマン・カラーピーマン 干し椎茸・油・カレー粉・醤油・塩コショウ・ごま油 ニラ・ちくわ・人参・乾燥若布・卵・醤油・煮干し /みかん缶		牛乳 ミルクパン
誕生会	9	牛乳 せんべい	チキンカレー 唐揚げ・メロン 野菜サラダ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・かぼちゃ・いんげん・ニンニク・油・カレールー 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 /メロン レタス・胡瓜・人参・砂糖・酢・醤油・油・塩こしょう	ごはん	牛乳・くまちゃんプリン アガー・牛乳・ココア・砂糖 ビスケット・バナナ・甘納豆

都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。