



平成29年8月1日 ななほしキッズ

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	7 21	飲むヨーグルト	豚肉の甘辛炒め 胡瓜のレモン和え カボチャの味噌汁	豚肉・ピーマン・カラーピーマン・玉葱・炒め油・砂糖・醤油・みりん 胡瓜・シラス干し・レモン汁・酢・砂糖・塩・ミカン缶 豆腐・南瓜・葱・味噌・煮干し	ごはん	お茶 冷やしラーメン <small>(ソーメン・干し椎茸・葱・みりん・砂糖・醤油)</small>
火	8 22	牛乳 せんべい	魚のチーズ焼き カニカマと野菜の卵とじ もやしスープ	魚切り身(鮭)・塩・小麦粉・油・マヨネーズ・醤油・みりん・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン カニカマ・ほうれん草・しめじ・玉葱・卵・塩・炒め油・醤油・みりん もやし・葱・玉ねぎ・人参・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 ぶどう おかき
水	9 23	飲むヨーグルト	じゃが芋のうま煮 ツナコーンサラダ ナスの味噌汁	じゃが芋・鶏肉・玉葱・人参・グリーンピース・砂糖・醤油・みりん・だし汁 ツナ缶・コーン缶・胡瓜・乾燥若布・人参・醤油・砂糖・酢・油・塩P なす・エノキ茸・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 黄な粉トースト <small>(パン・バター・スキムミルク・黄粉・砂糖・塩)</small>
木	24	牛乳 ウエハース	魚の変わり衣まぶし おかか和え 豆腐スープ	魚一口大・生姜・醤油・片栗粉・揚げ油・ソース・ケチャップ キャベツ・人参・かつお節・醤油 /パン粉・砂糖・青のり 豆腐・人参・ほうれん草・コーン缶・醤油・煮干し	パン	牛乳 りんご チーズ
金	25	牛乳 ビスコ	夏野菜のカレー さっぱり酢の物 ゆで枝豆	豚肉・人参・玉葱・南瓜・なす・ズッキーニー・グリーンピース 胡瓜・乾燥若布・人参・ごま・砂糖・酢・醤油 /油・カレールー 枝豆	ごはん	牛乳 フルーツポンチ <small>(バナナ・桃缶・パイナップル・チェリー缶・カルピス)</small>
土	12 26	牛乳 せんべい	ぶっとな煮 お芋の味噌汁	豚肉・砂糖・醤油・生姜・酒・炒め油・玉ねぎ・人参・生姜・醤油・みりん じゃが芋・油揚げ・青菜・葱・味噌・煮干し /酒・三つ葉	ごはん	牛乳 ミニパン
月	14 28	牛乳 コーンフレーク	南瓜とミンチの味噌煮 リャンパンサンスー 麩の清まし汁	合いミンチ・南瓜・玉葱・人参・いんげん・炒め油・砂糖・醤油・みりん・味噌 春雨・胡瓜・ハム・人参・卵・油・ごま油・砂糖・醤油・酢/だし汁 麩・乾わかめ・きのこ・貝割れ菜・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 手作りプリン <small>(プリン用の素・牛乳・みかん缶・ウエハース)</small>
火	15 29	飲むヨーグルト	大豆とひじきの煮物 ごまじゃこサラダ かきたま汁	鶏肉・ゆで大豆・ひじき・油揚げ・人参・ごぼう・砂糖・醤油・酒・油 もやし・人参・小松菜・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油・酢 卵・人参・たまねぎ・葱・醤油・煮干し	ごはん	お茶 煮豆(金時豆・砂糖・塩) せんべい
水	2 16 30	牛乳 あられ	魚と野菜の甘酢あん 胡瓜の昆布和え そうめんの味噌汁・果物	魚切り身・生姜・醤油・酒・片栗粉・油・干し椎茸・玉葱・人参・ピーマン・砂糖・酢・醤油 胡瓜・塩昆布 パイン缶 そうめん・たまねぎ・人参・葱・醤油・煮干し	ごはん	西瓜 クラッカー
木	3 17 31	牛乳 りんご	チキンカツ 添えキャベツ わかめスープ	鶏肉・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 キャベツ・トマト・胡瓜 乾わかめ・えのき茸・人参・葱・醤油・みりん・煮干し	ごはん	アイスクリーム ウエハース
金	4 18	牛乳 卵ボーロ	焼き魚(鮭) 豆腐チャンプルー オクラの味噌汁・果物	鮭・塩 豆腐・豚肉・にら・人参・油・砂糖・オイスターソース・塩 オクラ・玉ねぎ・ブナシメジ・カットわかめ・味噌・煮干し オレンジ	ごはん	牛乳 ヨーグルトケーキ <small>(小麦粉・人参・砂糖・BP・卵・ヨーグルト・バター)</small>
土	5 19	牛乳 バナナ	冷やし中華風 キャベツのスープ	中華麺・ハム・卵・油・もやし・胡瓜・トマト・ごま油・砂糖・酢・醤油 キャベツ・ウインナー・人参・玉葱・醤油・鶏がら・塩P		牛乳 スティックパン
誕生会	10 (木)	牛乳 卵ボーロ	カレーピラフ 手羽元のさっぱり煮・春雨サラダ きのこスープ・果物	ベーコン・ミックスベジタブル・玉葱・むき海老・バター・コンソメ・カレー粉・塩 手羽元・砂糖・醤油・酢・ケチャップ /春雨・ロースハム・胡瓜・人参・砂糖・酢・醤油 しめじ・えのき茸・卵・葱・鶏がら・片栗粉・醤油 /スイカ	ごはん	お茶 フルーツゼリー