



こんだてひよこ

7月



平成30年7月 ななほしキッズ

曜日	日	未満児おやつ	副食	材 料	未満児	3時 おやつ
月	2	飲むヨーグルト	いりどり きやべきやべサラダ 小松菜の味噌汁	じゃが芋・鶏肉・人参・ごぼう・干し椎茸・グリンピース・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・乾燥若布・味噌・煮干し	ごはん <small>(白玉粉・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・粉チーズ・牛乳)</small>	牛乳 ポンデケーション
	30					
火	3	牛乳	魚の甘煮	魚・砂糖・醤油・しょうが・みりん・だし汁	ごはん	牛乳
	17	牛乳 コーンフレーク	ほうれん草のごま和え 沢煮わん・果物	ほうれん草・もやし・人参・ちりめんじやこ・ゴマ・砂糖・しょうゆ 豚肉・大根・ごぼう・人参・椎茸・ねぎ・醤油・ゴマ油・煮干し・(片栗粉) / バナナ		枝豆 せんべい
水	4	牛乳	鶏肉のワイン煮・添)レタス・トマト	鶏肉・油・砂糖・醤油・ワイン 添)レタス・トマト	パン	牛乳
	18	あられ	マセドアンサラダ コーンスープ	胡瓜・じゃが芋・人参・マヨネーズ・ヨーグルト・塩こしょう 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・P) 鶏ガラ		ぶどうゼリー (グレープジュース・アガー・砂糖)
木	5	牛乳	マー婆一豆腐	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・グリンピース・ニンニク・しょうが・みそ・砂糖・塩・	ごはん	お茶
	19	ビスコ	ハムともやしの中華和え わかめスープ	ハム・もやし・胡瓜・春雨・卵・油・砂糖・醤油・酢 / 醬油・ごま油・片栗粉・油 人参・えのき茸・ニラ・乾燥若芽・醤油・みりん・煮干し(塩)		すいか 丸ボーロ
金	6	牛乳	魚のカレー揚げ	白身魚・生姜・卵・砂糖・醤油・酒・片栗粉・揚げ油	ごはん	牛乳
	20	果物(桃缶)	トマトの甘酢づけ・添え野菜 じゃが芋の味噌汁	トマト・玉葱・パセリ・砂糖・酢・塩・油 / レタス・胡瓜 じゃが芋・玉ねぎ・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し		プリン せんべい
土	7	牛乳	焼きビーフン	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	ごはん	牛乳
	21	クッキー	ニラ入りかきたま汁 果物	干し椎茸・油・カレー粉・醤油・塩コショウ・ごま ニラ・ちくわ・人参・乾燥若布・卵・醤油・煮干し / みかん缶		ミニパン
月	9	牛乳	八宝菜	豚肉・えび・キャベツ・玉葱・人参・ゆでたけのこ・干し椎茸・葱	ごはん	牛乳
	23	飲むヨーグルト	そうめんのすまし汁・果物	ごま油・砂糖・醤油・だし汁・片栗粉 そうめん・かまぼこ・卵・ねぎ・醤油・塩・煮干し / オレンジ		ストロベリーマフィン (小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・いちごジャム・バター)
火	10	牛乳	ズッキーニのみそ炒め	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	ごはん	アイスクリーム
	24	バナナ	お麩のすまし汁・果物	/ ショウガ・油・砂糖・味噌・しょうゆ・みりん・酒・片栗粉 乾燥わかめ・麩・生椎茸・葱・醤油・みりん・塩・煮干し / みかん缶		クラッカー
水	11	牛乳	魚の塩焼き	甘塩鮭	ごはん	お茶・焼きそば
	25	卵ボーロ	わかめと胡瓜の酢の物 豆腐の味噌汁・果物	乾燥若布・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・醤油 豆腐・人参・えのき茸・乾燥若芽・ねぎ・味噌・煮干し / りんご		(中華麺・豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・油 オタフクソース(ケチャップ)・かつお節・青のり)
木	12	牛乳	ひじき入りハンバーグ	合挽きミンチ・玉葱・ひじき・パン粉・牛乳・卵・油・ケチャップ・ソース・砂糖	ごはん	牛乳
	26	チーズ	人参の甘煮・添えキャベツ 星の子スープ	人参・砂糖・バター / キャベツ おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・煮干し		パイン缶 ビスケット
金	27	牛乳	魚の南蛮	魚切り身・塩p・片栗粉・揚げ油・玉ねぎ・胡瓜・トマト・砂糖・酢・醤油・だし汁	ごはん	牛乳
		せんべい	カボチャの煮物 星の子スープ	カボチャ・砂糖・醤油・だし汁 おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・煮干し		フルーツインゼリー (アガ−・砂糖・パイン缶・みかん缶)
土	14	牛乳	サラダうどん	うどん・レタス・胡瓜・ツナ缶・レモン汁・卵・油・酢・醤油	ごはん	牛乳
	28	塩せんべい	添)トマト オニオンスープ	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・鶏がら		ステイックパン
誕生会	13	牛乳	ビーフカレー	牛肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・かぼちゃ・グリンピース・ニンニク・油・カレールー	ごはん	牛乳
		せんべい	から揚げ・果物 野菜サラダ・乳酸飲料	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・サラダ油・塩コショウ / 乳酸菌飲料		りんごゼリー

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。