



7月こんだてひょう



令和2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 | 13 27 | 牛乳 卵ボーロ | 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・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 バナナ せんべい |
| 火 | 14 28 | 牛乳 ビスケット | 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 | 牛乳 ミルクパン |
| 水 | 1 15 29 | 牛乳 クラッカー | 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 おぐら・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 | 牛乳 ミルクパン |
| 金 | 3 17 31 | 牛乳 せんべい | 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 | 牛乳 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 ミルクパン |
| 水 | 8 22 | 牛乳 ビスコ | 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 ミルクパン |
| 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 生パン |
| 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。