



7月 こんだてひょう



曜日	日	9:15未満児おやつ	副食	材料	未満児	3時 おやつ
月	14 28	牛乳 あられ	魚の甘煮 ほうれん草のごま和え じゃが芋の味噌汁	魚切り身・砂糖・醤油・生姜・みりん・だし汁 ほうれん草・もやし・人参・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油 じゃが芋・油揚げ・乾燥若布・玉葱・葱・味噌・煮干し		牛乳 ポンデケーション (白玉粉・小麦粉・粉チーズ牛乳)
火	1 15 29	牛乳 桃缶	マーボー豆腐 ハムともやしの中華和え えびスープ	豚ミンチ・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・グリーンピース・にんにく・生姜・味噌・砂糖・醤油・ごま油・片栗粉 ハム・もやし・胡瓜・春雨・卵・油・砂糖・酢・醤油・ごま油 えび・玉葱・人参・えのき茸・ニラ・乾燥ワカメ・醤油・煮干し		牛乳 ゆで枝豆 ミニサラダ
水	2 16 30	ヨーグルト	鶏肉のワイン煮(添)レタス・トマト マセドアンサラダ パスタスープ	鶏肉・油・砂糖・醤油・ワイン(添)レタス・トマト 胡瓜・じゃが芋・人参・パイン缶・マヨネーズ・ヨーグルト・塩こしょう パスタ・玉葱・エリンギ・人参・パセリ・塩・こしょう・(醤油)・鶏がら		牛乳 バナナケーキ (小麦粉・卵・バター・牛乳)
木	3 17 31	牛乳 ビスコ	ズッキーニ入り味噌炒め キャベツのゆかり和え ソーメンのすまし汁	豚肉・玉葱・ズッキーニ・カラーピーマン・茄子・人参・しめじ茸・生姜・油・砂糖・味噌 キャベツ・人参・ゆかり粉 ソーメン・かまぼこ・卵・葱・醤油・だし昆布・かつおぶし		すいか クラッカー
金	4 18	牛乳 卵ボーロ	大豆と魚の揚げ煮 トマトの甘酢づけ チンゲン菜の味噌汁	さつま芋・ゆで大豆・魚の切り身・グリーンピース・片栗粉・揚げ油・砂糖・醤油・ごま・だし汁 トマト・玉葱・パセリ・砂糖・酢・塩・油 青梗菜・厚揚げ・人参・えのき茸・乾燥若布・味噌・煮干し		牛乳 フルーツインゼリー (アガー・パイン缶・みかん缶)
土	5 19	牛乳 ビスケット	サラダうどん ミニトマト オニオンスープ	うどん・レタス・胡瓜・ツナ缶・レモン汁・卵・焼き油・酢・油・醤油・砂糖・りんご・玉葱・ごま ミニトマト 玉葱・人参・ベーコン・貝割れ菜・(塩・こしょう)・醤油・鶏がら		牛乳 スティックパン
月	7	牛乳 せんべい	八宝菜 コーンスープ 果物	豚肉・えび・うずら卵・キャベツ・玉葱・人参・ゆでたけのこ・干し椎茸・葱 ごま油・砂糖・醤油・だし汁・片栗粉		牛乳 ごまかりんとう 小麦粉・スキムミルク・バター・卵・ごま
火	8 22	牛乳 みかん缶	魚の塩焼き 若布と胡瓜の酢の物 沢煮わん	甘塩鮭 乾燥若布・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・醤油 豚肉・大根・ごぼう・人参・生椎茸・葱・醤油・ごま油・片栗粉		アイスクリーム ウエハース
水	9 23	牛乳 チーズ	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・干し椎茸・グリーンピース・炒め油・砂糖・醤油・みりん キャベツ・人参・ホールコーン・ツナ缶・マヨネーズ 小松菜・豆腐・油揚げ・乾燥若布・味噌・煮干し		お茶 焼きそば (ちくわ・おたふくソース・ケチャップ)
木	10 24	ヨーグルト	魚の南蛮 南瓜の煮物 茄子の味噌汁	魚の切り身・塩・P・片栗粉・油・玉葱・胡瓜・トマト・砂糖・酢・醤油 南瓜・砂糖・醤油・だし汁 茄子・えのき茸・厚揚げ・葱・味噌・煮干し		牛乳 果物(パイン缶) クッキー
金	25	牛乳 せんべい	ひじき入りハンバーグ 人参の甘煮・添えキャベツ 星の子スープ	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 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		お茶 ホワイトポンチ (バナナ・みかん缶・桃缶・牛乳・カルピス)
土	12 26	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		牛乳 クロワッサン
誕生会	11 (金)	牛乳 せんべい	ビーフカレー から揚げ・果物 野菜サラダ	牛肉・人参・玉葱・じゃが芋・いんげん・カレールウ・にんにく 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / メロン レタス・胡瓜・人参・砂糖・レモン酢・醤油・サラダ油・塩コショウ		牛乳 りんごゼリー

場合によっては、メニューが変わることがあります。ご了承ください。
 沢煮わん...豚の背油を細く切って塩でもんで湯通し、これとせん切りにした野菜をだし汁で煮て塩としょう油で薄味に仕立てた汁物。