



7月 こんだてひょう



令和4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	11 25	牛乳 ビスコ	シーフードカレー きゃべきゃべサラダ パイン缶	むき海老・ベビーホタテ・玉ねぎ・人参・じゃがいも・グリーンピース・油・ バター・小麦粉・カレー粉・ニンニク・リンゴ・牛乳・塩P・パイン缶 キャベツ・人参・ホールコーン・ハム・マヨネーズ	ごはん	牛乳・マフィン (小麦粉・BP・卵・砂糖・ バター・豆乳・ジャム)
火	12 26	飲むヨーグルト	魚のチーズ焼き ほうれん草のごま和え 豆腐スープ	魚切り身・塩・小麦粉・油・マヨネーズ・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン ほうれん草・人参・もやし・ごま・砂糖・醤油 豆腐・人参・にら・しょうゆ・乾燥わかめ・鶏ガラ	ごはん	お茶 すいか せんべい
水	13 27	牛乳 桃缶	牛肉の甘辛炒め きゅうりの塩昆布和え ソーメンのすまし汁	牛肉・きゃべつ・人参・玉葱・油・砂糖・醤油・みりん きゅうり・塩昆布 / ほうれん草・ねぎ・かまぼこ・ 生しいたけ・醤油・塩・だし昆布・かつお節	ごはん	牛乳・じゃこ入り芋てん (さつま芋・ちりめんじゃこ・ 小麦粉・卵・塩・青のり・油)
木	14 28	牛乳 チーズ	ひじき入りハンバーグ マカロニサラダ 星の子スープ	合挽きミンチ・玉葱・ひじき・パン粉・卵・塩こしょう・油・ケチャップ・ソース・砂糖 ツナ缶・きゅうり・人参・マカロニ・マヨネーズ・レタス おくら・玉ねぎ・にんじん・ベーコン・えのき・しょうゆ・煮干し	ごはん	お茶 アイスクリーム クラッカー
金	15 29	牛乳 卵ボーロ	大豆の五目煮 じゃこ炒め カボチャのみそ汁	大豆・厚揚げ・鶏肉・にんじん・ごぼう・刻み昆布・いんげん・砂糖・しょうゆ・みりん・酒 ピーマン・にんじん・ちりめん・ごま油・塩・砂糖・しょうゆ カボチャ・生しいたけ・にら・みそ・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)
土	2 16 30	牛乳 せんべい	スパゲッティナポリタン かきたまスープ	スパゲッティ・ウインナー・玉ねぎ・にんじん・ピーマン マッシュルーム・油・ケチャップ・塩P えのき・玉ねぎ・にんじん・ねぎ・卵・しょうゆ・塩・煮干し		牛乳 メロンパン
月	4	牛乳 コーンフレーク	魚の塩焼き/レタス・トマト レバーの甘辛煮 里芋のみそ汁	鮭切り身・塩/レタス・トマト レバー・しょうが・にら・砂糖・しょうゆ・カレー粉・酒 里芋・ねぎ・厚揚げ・にんじん・みそ・煮干し	ごはん	お茶・みるくっこ (牛乳・砂糖・片栗粉・ きな粉・砂糖・塩)
火	5 19	飲むヨーグルト	ズッキーニ入りみそ炒め きゅうりのたたき漬 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・ナス・シメジ茸・生姜 油・砂糖・味噌・醤油・みりん・酒・片栗粉/きゅうり・ごま油・しょうが・砂糖・ 酢・しょうゆ・塩/小松菜・麩・豆腐・人参・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳 生パイン せんべい
水	6 20	牛乳 丸ボーロ	鶏肉のワイン煮 マセドアンサラダ コーンスープ	鶏肉・油・砂糖・醤油・ワイン きゅうり・じゃがいも・にんじん・マヨネーズ・ヨーグルト・塩P ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・人参・豆乳・パセリ・塩こしょう・鶏がら	パン	牛乳 ココアプリン (アガー・牛乳・生クリーム・ココア・砂糖)
木	21	牛乳 チーズ	マーボー豆腐 千切り大根のさっぱりサラダ わかめスープ	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・グリーンピース・にんにく・生姜・みそ・砂糖 ほうれん草・千切り大根・人参・ツナ缶・酢・砂糖・しょうゆ・ごま / しょうゆ・ごま油・片栗粉 わかめ・もやし・人参・玉ねぎ・ねぎ・しょうゆ・みりん・煮干し・ごま油	ごはん	牛乳 メロン かりんとう
金	8 22	牛乳 バナナ	魚の南蛮漬け 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・きゅうり・トマト・砂糖・酢・しょうゆ・だし汁 カボチャ・砂糖・醤油・だし汁 なす・しめじ茸・人参・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 フレンチトースト (食パン・卵・牛乳・砂糖・バター)
土	9 23	牛乳 ビスケット	冷やし中華風 小松菜のスープ	中華麺・ハム・卵・油・もやし・きゅうり・トマト・ごま油・ 砂糖・酢・しょうゆ・鶏ガラ/小松菜・ウインナー・にんじん・ 玉ねぎ・しょうゆ・塩P・煮干し		牛乳 ドーナツ
誕生会	7	牛乳 卵ボーロ	わかめご飯・ウインナー ハンバーグ・サラダスパゲティ オニオンスープ・みかん缶	わかめご飯の素 / ウインナー/スパゲッティ・きゅうり・人参・マヨネーズ 合挽きミンチ・人参・玉ねぎ・パン粉・卵・塩こしょう・ケチャップ・ソース・油 ホールコーン・玉ねぎ・人参・パセリ・塩こしょう・鶏がら / みかん缶	ごはん	牛乳 ぶどうゼリー



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。

