



# 7月 こんだてひょう



令和3年 7月

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	5 19	牛乳 みかん缶	いり鶏 きやべきやべサラダ もやしのみそ汁	じゃが芋・鶏肉・人参・ごぼう・干椎茸・グリーンピース・油・砂糖・醤油・みりん きやべつ・人参・ホールコーン・ツナ缶・マヨネーズ もやし・厚揚げ・(乾)若布・人参・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・ブルーベリー・マフィン 小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・ ブルーベリージャム・バター・豆乳
火	6 20	プレーン ヨーグルト	魚のチーズ焼き オクラの和え物 もずくのすまし汁	鮭切り身・塩・小麦粉・油・マヨネーズ・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン オクラ・ひきわり納豆・人参・かつお節・醤油 もずく・えのき茸・かまぼこ・葱・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	お茶 すいか ウエハース
水	7 21	牛乳 桃缶	牛肉の甘辛炒め トマトのさっぱり漬け そうめんのすまし汁	牛肉・きやべつ・人参・玉ねぎ・油・砂糖・醤油・みりん トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩 そうめん・卵・葱・人参・生椎茸・醤油・塩・だし昆布・かつお節	ごはん	牛乳・コーン・ドーナツ コーン・小麦粉・ベーキングパウダー 卵・砂糖・豆乳・油
木	8	牛乳 ビスコ	ひじき入りハンバーグ マカロニサラダ 星の子スープ	合いびきミンチ・玉ねぎ・ひじき・パン粉・牛乳・卵・塩・こしょう・ケチャップ・ソース・砂糖 マカロニ・ロースハム・胡瓜・人参・マヨネーズ・レタス オクラ・玉ねぎ・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・煮干し	ごはん	お茶 アイスクリーム クラッカー
金	7月9日 お誕生会					
土	10 24	牛乳 ビスケット	サラダうどん トマト オニオンスープ	うどん・レタス・胡瓜・ツナ缶・卵・油・酢・油・ トマト / 醤油・砂糖・りんご・玉ねぎ・ごま・鶏がら 玉ねぎ・人参・ベーコン・貝割れ菜・塩・こしょう・鶏がら		牛乳 ミニクリームパン
月	12 26	牛乳 丸ぼうろ	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 コーン・クリームコーン・玉ねぎ・バター・人参・豆乳・パセリ・塩・こしょう・鶏がら	ごはん	牛乳・ココアプリン アガー・牛乳・生クリーム・ ココア・砂糖・ラングドシャ
火	13 27	飲む ヨーグルト	ズッキーニ入りみそ炒め きゅうりのおかか和え 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・なす・しめじ茸・生姜 胡瓜・人参・ゆかり粉 / 油・砂糖・みそ・醤油・みりん・片栗粉 小松菜・麩・豆腐・人参・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳 メロン・せんべい 牛乳・たこ焼き風
水	14 28	牛乳 コーンフレーク	魚の塩焼き ほうれん草のごま和え お芋のみそ汁	甘塩鮭 ほうれん草・人参・もやし・ごま・砂糖・醤油 里芋・菜っ葉・厚揚げ・人参・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 タコ・えび・きやべつ・人参・ 小麦粉・卵・油・かつお節・ 青のり・ケチャップ・ソース
木	15 29	牛乳 棒チーズ	マーボー豆腐 千切り大根のさっぱりサラダ えびのスープ	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・干椎茸・グリーンピース・にんにく・生姜・みそ・砂糖 千切り大根・ほうれん草・人参・ツナ缶・酢・砂糖・醤油・ごま・醤油・塩・ごま油・片栗粉 むきえび・人参・えのき茸・にら・(乾)若布・醤油・みりん・鶏がら・塩	ごはん	牛乳 バナナ クッキー
金	16 30	牛乳 パイン缶	魚の南蛮漬け 南瓜の煮物 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 南瓜・砂糖・醤油・だし汁 なす・しめじ茸・人参・厚揚げ・葱・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・フルーツインゼリー アガー・砂糖・水 果物缶
土	17 31	牛乳 せんべい	焼きビーフン 桃缶 にら入りかきたま汁	ビーフン・豚肉・むきえび・玉ねぎ・人参・ピーマン・カラーピーマン・干椎茸 桃缶 / 油・カレー粉・醤油・塩・こしょう・ごま油 にら・ちくわ・人参・えのき茸・卵・醤油・煮干し		牛乳 ステックパン
誕生会	9 金	牛乳 卵ボーロ	ビーフカレー から揚げ・野菜サラダ 果物・乳酸飲料	牛肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・南瓜・冷いんげん・にんにく・油・カレールウ 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / レタス・胡瓜・人参・砂糖・酢・醤油・油・塩・こしょう メロン / 乳酸飲料		お茶 カップヨーグルト

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。