



# 7月 こんだてひょう



令和5年7月 しんまちこども園

曜日	日	未満児おやつ	副 食	材 料	未満児	3時 おやつ
月	10 24	牛乳 ビスコ	ポークカレー きゃべきゃべサラダ 果物	豚肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・なす・グリーンピース・油・カレールウ・にんにく・りんご キャベツ・人参・ホールコーン・ロースハム・マヨネーズ・塩・P オレンジ	ごはん	牛乳・ジャムサンド (食パン・いちごジャム)
火	11 25	飲むヨーグルト	魚のチーズ焼き ほうれん草のごま和え 豆腐のスープ	鮭切り身・小麦粉・油・マヨネーズ・しょうゆ・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・しょうゆ 豆腐・人参・にら・しゅうゆ・乾) わかめ・鶏ガラスープ	ごはん	お茶 すいか せんべい
水	12 26	牛乳 もも缶	牛肉の甘辛炒め きゅうりの昆布和え そうめんのすまし汁	牛肉・きゃべつ・人参・玉葱・油・砂糖・しょうゆ・みりん きゅうり・塩昆布 そうめん・ねぎ・かまぼこ・干し椎茸・しょうゆ・塩・だし昆布・かつおぶし	ごはん	牛乳・じゃこ入りも天 (さつま芋・ちりめんじゃこ・小麦粉・ 卵・塩・青のり・油)
木	13 27	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・油・ケチャップ・ソース・砂糖 ツナ・きゅうり・人参・マカロニ・マヨネーズ・レタス おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・しょうゆ・煮干し	パン	お茶 アイスクリーム クラッカー
金	28	牛乳 卵ボーロ	大豆の五目煮 じゃこ炒め かぼちゃのみそ汁	大豆・厚揚げ・鶏肉・人参・ごぼう・刻み昆布・さやいんげん・砂糖・しょうゆ・みりん・酒 ピーマン・もやし・人参・ちりめん・ごま油・塩・砂糖・しょうゆ かぼちゃ・生しいたけ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	お茶 ぶどうゼリー (ぶどうジュース・アガー・砂糖)
土	1 15 29	牛乳 ビスケット	中華丼 小松菜のスープ	豚肉・かまぼこ・干し椎茸・玉ねぎ・キャベツ・もやし・人参・ピーマン・油 小松菜・ウィンナー・人参・玉ねぎ・しょうゆ・塩P・煮干し /しょうゆ・みりん・塩・片栗粉・ごま油		牛乳 バナナ サブシ
月	3	牛乳 コーンフレーク	魚の塩焼き リャンパンサンスー 里芋のみそ汁	鮭切り身・塩 春雨・きゅうり・かにかま・人参・卵・油・ごま油・砂糖・酢・しょうゆ 里芋・ねぎ・厚揚げ・人参・みそ・煮干し	ごはん	お茶・みるっくこ (牛乳・砂糖・片栗粉・きなこ・砂糖)
火	4 18	飲むヨーグルト	夏野菜のスタミナ炒め きゅうりの漬け 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 きゅうり・人参・ごま油・しょうが・砂糖・酢・しょうゆ /油・焼肉のたれ・みりん・酒・すりごま 小松菜・麩・豆腐・人参・しょうゆ・みりん・煮干し	ごはん	牛乳 生パイン あられ
水	5 19	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・しょうゆ・ワイン きゅうり・じゃが芋・人参・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・バター・人参・豆乳・パセリ・塩P・鶏がら	ごはん	牛乳・プリン (プリンの素・牛乳)
木	6 20	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 乾) わかめ・もやし・人参・玉ねぎ・ねぎ・しょうゆ・みりん・煮干し	ごはん	牛乳 メロン かりんとう
金	7 21	牛乳 バナナ	魚の南蛮漬け かぼちゃの煮物 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 かぼちゃ・砂糖・しょうゆ・だし汁 なす・しめじ茸・人参・厚揚げ・ねぎ・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	8 22	牛乳 せんべい	スパゲッティナポリタン かきたまスープ 果物	スパゲッティ・ウィンナー・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム・油 えのき茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・しょうゆ・塩・煮干し/ケチャップ・塩P みかん缶		牛乳 メロンパン
誕生会	14	牛乳 せんべい	ケチャップライス 鶏肉の照り焼き・野菜サラダ オニオンスープ・ゼリー	玉ねぎ・人参・ピーマン・ウィンナー・コンソメ・ケチャップ・塩P・バター・グリーンピース・卵 鶏肉・砂糖・みりん・しょうゆ /レタス・きゅうり・トマト・ロースハム・マヨネーズ 玉ねぎ・人参・パセリ・塩P・コンソメ /ゼリー	ごはん	牛乳 チーズケーキ



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。

