

令和 3年 7月

献立予定表

★手作りおやつ

放光保育園

日	曜	主食 (3歳未満児)	副食 共通	食 材	お や つ		食 材
					10時(未満児)	3時(共通)	
1	木	ご飯	冷やし中華,ポテトサラダ,パイン(りんご)	中華めん(ゆで),上白糖,料理酒,こいくちしょうゆ,米酢,昆布だし,ごま油,トマト,きゅうり,ボンレスハム,もやし,鶏卵,じゃがいも,にんじん,マヨネーズ,食塩,パイン,りんご	牛乳,マンナビスケット	牛乳,ミルクスティックパン	普通牛乳,パン
2	金	ご飯	魚の野菜あんかけ,なすと薄揚げの味噌汁,スイカ	魚の切り身,しょうが,薄力粉,片栗粉,にんじん,たまねぎ,青ピーマン,乾しいたけ,上白糖,鶏がらだし,こいくちしょうゆ,米酢,サラダ油,なす,油揚げ,生わかめ,こねぎ,麦みそ,煮干しだし,すいか	牛乳,バナナ	牛乳,★マシュマロプレート	普通牛乳,コーンフレーク,マシュマロ,バター
3	土	ご飯	高野豆腐の卵とじ,すり身とえのきのすまし汁,バナナ	鶏もも,にんじん,たまねぎ,焼き竹輪,油揚げ,高野豆腐,乾しいたけ,グリーンピース,鶏卵,サラダ油,上白糖,うすくちしょうゆ,すり身,わかめ(生),えのきたけ,こねぎ,煮干しだし,食塩,バナナ	牛乳,プチうす焼き	牛乳,チョイスビスケット	普通牛乳,ソフトビスケット
5	月	ご飯	チキンカレー,エッグマカロニサラダ,パイン(りんご)	鶏もも,じゃがいも,たまねぎ,にんじん,にんにく,りんご,カレーウ,サラダ油,マカロニ・スパゲティ,鶏卵,きゃべつ,ボンレスハム,きゅうり,マヨネーズ,食塩,パイン,りんご	牛乳,★黒砂糖くず餅	アイスクリーム	アイスクリーム
6	火	ご飯	七夕冷やしうどん,鶏手羽のから揚げ,きゅうり,トマト,バナナ	うどん,天かす,鶏卵,こねぎ,オクラ,さくらえび(煮干し),ボンレスハム,食塩,うすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ,本みりん,かつお・昆布だし,鶏肉・手羽,片栗粉,ガーリックパウダー,オレガノ,料理酒,サラダ油,きゅうり,トマト,バナナ	牛乳,ウエハース	牛乳,★マドレーヌ	普通牛乳,薄力粉,ベーキングパウダー,鶏卵,上白糖,マーガリン
7	水	ご飯	揚げ魚のカレーソースかけ,厚揚げと水菜の味噌汁	魚の切り身,しょうが,塩こしょう,料理酒,片栗粉,薄力粉,サラダ油,鶏ひき肉,にんじん,たまねぎ,コーンクリーム,水,カレー粉,こいくちしょうゆ,厚揚げ,わかめ(生),水菜,麦みそ,煮干しだし	牛乳,おにぎりせんべい	牛乳,★フルーツミックス	普通牛乳,バナナ,みかん缶,パイン缶,もも缶
8	木	ご飯	厚焼卵,きゅうり,トマト,けんちん汁,パイン(りんご)	鶏卵,鶏ひき肉,にんじん,たまねぎ,パセリ,上白糖,食塩,サラダ油,きゅうり,トマト,豚もも,だいこん,木綿豆腐,ごぼう,油揚げ,うすくちしょうゆ,パインアップル,りんご	牛乳,バナナ	牛乳,★アメリカンドッグ	普通牛乳,ウインナー,プレミックス粉,薄力粉,サラダ油,お好み焼きソース
9	金	ご飯	太平蒸,魚の竜田揚げ,胡瓜とワカメの酢の物,スイカ	鶏もも,にんじん,乾しいたけ,たけのこ,たまねぎ,はくさい,鶏卵,はるさめ,サラダ油,食塩,うすくちしょうゆ,魚の切り身,こいくちしょうゆ,本みりん,料理酒,上白糖,片栗粉,しょうが,きゅうり,生わかめ,板付けかまぼこ,米酢,すいか	牛乳,おとつと	牛乳,★味付けのりのおにぎり	普通牛乳,米,味付けのり
10	土	ご飯	肉じゃが,豆腐とふまきのすまし汁,バナナ	豚もも,じゃがいも,たまねぎ,にんじん,さやいんげん,上白糖,こいくちしょうゆ,サラダ油,木綿豆腐,ふまき,生わかめ,こねぎ,うすくちしょうゆ,食塩,煮干しだし,バナナ	牛乳,クリームコロン	牛乳,黒糖みるく	普通牛乳,お菓子
12	月	ご飯	酢豚,トマトと卵のベーコンスープ,スイカ	豚もも,にんじん,たまねぎ,じゃがいも,乾しいたけ,青ピーマン,パイン缶,鶏がらだし,トマトケチャップ,しょうが,上白糖,本みりん,食塩,こいくちしょうゆ,酢,片栗粉,ベーコン,鶏卵,トマト,パセリ(乾),昆布だし,うすくちしょうゆ,すいか	牛乳,ビスコ	幼児ヨーグルト	ヨーグルト
13	火	ご飯	タンメン,チリコンカン,バナナ	豚もも,中華めん(ゆで),にんじん,きゃべつ,もやし,乾しいたけ,こねぎ,かつお・昆布だし,食塩,うすくちしょうゆ,料理酒,ごま油,豚ひき肉,ベーコン,たまねぎ,だいず(ゆで),上白糖,固形コンソメ,トマトピューレー,トマトケチャップ,ウスターソース,塩こしょう,サラダ油,パセリ(乾),水,バナナ	牛乳,ハーベステセサミ	牛乳,★ピロシキ風揚げパン	普通牛乳,ロールパン,鶏卵,薄力粉,パン粉,サラダ油,たまねぎ,豚ひき肉,にんじん,カレー粉,固形コンソメ,塩こしょう,こいくちしょうゆ
14	水	ご飯	冷しゃぶサラダ,ポトフ,パイン(りんご)	豚ロース,グリーンボール,にんじん,きゅうり,ゆずドレッシング,じゃがいも,たまねぎ,ウインナー,固形コンソメ,食塩,パセリ(乾),パイン,りんご	牛乳,★栗きんとん	牛乳,アスパラガスビスケット	普通牛乳,アスパラガスビスケット
15	木	ご飯	冷やし中華,ポテトサラダ,バナナ	中華めん(ゆで),上白糖,料理酒,こいくちしょうゆ,米酢,昆布だし,ごま油,トマト,きゅうり,ボンレスハム,もやし,鶏卵,じゃがいも,にんじん,マヨネーズ,食塩,バナナ	牛乳,マンナビスケット	牛乳,ミルクスティックパン	普通牛乳,パン
16	金	ご飯	魚の野菜あんかけ,なすと薄揚げの味噌汁,スイカ	魚の切り身,しょうが,薄力粉,片栗粉,にんじん,たまねぎ,青ピーマン,乾しいたけ,上白糖,鶏がらだし,こいくちしょうゆ,米酢,サラダ油,なす,油揚げ,生わかめ,こねぎ,麦みそ,煮干しだし,すいか	牛乳,バナナ	牛乳,★マシュマロプレート	普通牛乳,コーンフレーク,マシュマロ,バター
17	土	ご飯	高野豆腐の卵とじ,すり身とえのきのすまし汁,バナナ	鶏もも,にんじん,たまねぎ,焼き竹輪,油揚げ,高野豆腐,乾しいたけ,グリーンピース,鶏卵,サラダ油,上白糖,うすくちしょうゆ,すり身,わかめ(生),えのきたけ,こねぎ,煮干しだし,食塩,バナナ	牛乳,プチうす焼き	牛乳,チョイスビスケット	普通牛乳,ソフトビスケット
19	月	ご飯	チキンカレー,エッグマカロニサラダ,パイン(りんご)	鶏もも,じゃがいも,たまねぎ,にんじん,にんにく,りんご,カレーウ,サラダ油,マカロニ・スパゲティ,鶏卵,きゃべつ,ボンレスハム,きゅうり,マヨネーズ,食塩,パイン,りんご	牛乳,★黒砂糖くず餅	アイスクリーム	アイスクリーム
20	火	ご飯	冷やしうどん,鶏手羽のから揚げ,きゅうり,トマト,バナナ	うどん,天かす,鶏卵,こねぎ,オクラ,さくらえび(煮干し),ボンレスハム,食塩,うすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ,本みりん,かつお・昆布だし,鶏手羽,片栗粉,ガーリックパウダー,オレガノ,料理酒,サラダ油,きゅうり,トマト,バナナ	牛乳,ウエハース	牛乳,★マドレーヌ	普通牛乳,薄力粉,ベーキングパウダー,鶏卵,上白糖,マーガリン
21	水	ご飯	揚げ魚のカレーソースかけ,厚揚げと水菜の味噌汁	魚の切り身,しょうが,塩こしょう,料理酒,片栗粉,薄力粉,サラダ油,鶏ひき肉,にんじん,たまねぎ,コーンクリーム缶,水,カレー粉,こいくちしょうゆ,厚揚げ,わかめ(生),水菜,麦みそ,煮干しだし	牛乳,おにぎりせんべい	牛乳,★フルーツミックス	普通牛乳,バナナ,みかん缶,パイン缶,もも缶
24	土	ご飯	肉じゃが,豆腐とふまきのすまし汁,バナナ	豚もも,じゃがいも,たまねぎ,にんじん,さやいんげん,上白糖,こいくちしょうゆ,サラダ油,木綿豆腐,ふまき,生わかめ,こねぎ,うすくちしょうゆ,食塩,煮干しだし,バナナ	牛乳,クリームコロン	牛乳,黒糖みるく	普通牛乳,お菓子
26	月	ご飯	太平蒸,魚の竜田揚げ,胡瓜とワカメの酢の物,スイカ	鶏もも,にんじん,乾しいたけ,たけのこ,たまねぎ,はくさい,鶏卵,はるさめ,サラダ油,食塩,うすくちしょうゆ,魚の切り身,こいくちしょうゆ,本みりん,料理酒,上白糖,片栗粉,しょうが,きゅうり,生わかめ,板付けかまぼこ,米酢,すいか	牛乳,おとつと	牛乳,★味付けのりのおにぎり	普通牛乳,米,味付けのり
27	火	ご飯	厚焼卵,きゅうり,トマト,けんちん汁,パイン(りんご)	鶏卵,鶏ひき肉,にんじん,たまねぎ,パセリ,上白糖,食塩,サラダ油,きゅうり,トマト,豚肉もも,だいこん,木綿豆腐,ごぼう,油揚げ,うすくちしょうゆ,パイン,りんご	牛乳,バナナ	牛乳,★アメリカンドッグ	普通牛乳,ウインナー,プレミックス粉,薄力粉,サラダ油,お好み焼きソース
28	水	ご飯	酢豚,トマトと卵のベーコンスープ,スイカ	豚肉もも,にんじん,たまねぎ,じゃがいも,乾しいたけ,青ピーマン,パイン缶,鶏がらだし,トマトケチャップ,しょうが,上白糖,本みりん,食塩,こいくちしょうゆ,酢,片栗粉,ベーコン,鶏卵,トマト,パセリ(乾),昆布だし,うすくちしょうゆ,すいか	牛乳,ビスコ	幼児ヨーグルト	ヨーグルト
29	木	ご飯	タンメン,チリコンカン,バナナ	豚もも,中華めん(ゆで),にんじん,きゃべつ,もやし,乾しいたけ,こねぎ,かつお・昆布だし,食塩,うすくちしょうゆ,料理酒,ごま油,豚ひき肉,ベーコン,たまねぎ,だいず(ゆで),上白糖,固形コンソメ,トマトピューレー,トマトケチャップ,ウスターソース,塩こしょう,サラダ油,パセリ(乾),水,バナナ	牛乳,ハーベステセサミ	牛乳,★ピロシキ風揚げパン	普通牛乳,ロールパン,鶏卵,薄力粉,パン粉,サラダ油,たまねぎ,豚ひき肉,にんじん,カレー粉,固形コンソメ,塩こしょう,こいくちしょうゆ
30	金	ご飯	冷しゃぶサラダ,ポトフ,パイン(りんご)	豚ロース,グリーンボール,にんじん,きゅうり,ゆずドレッシング,じゃがいも,たまねぎ,ウインナー,固形コンソメ,食塩,パセリ(乾),パイン,りんご	牛乳,★栗きんとん	牛乳,アスパラガスビスケット	普通牛乳,アスパラガスビスケット
31	土	ご飯	大豆の五目煮,南瓜の味噌汁,バナナ	だいず(水煮缶詰),にんじん,ごぼう,揚げかまぼこ,乾しいたけ,板こんにやく,上白糖,こいくちしょうゆ,サラダ油,日本かぼちゃ,たまねぎ,油揚げ,こねぎ,麦みそ,煮干しだし,バナナ	牛乳,たべっこ動物	牛乳,キャラメルコーン	普通牛乳,キャラメルコーン