

予定献立表

| 日曜 | 献立名 | 材料名 | おやつ | 日曜 | 献立名 | 材料名 | おやつ |
|-----------|---------------------------------------|---|--------------------------|---|--|--|-------------------------------------|
| 1 (木) | 玄米ごはん ワカサギマリネ きんぴらごぼう みそ汁、果物 | 米、黒米、ワカサギ、玉ねぎ、トマト、パプリカ、ごぼう、人参、いんげん、ごま、キャベツ、長ネギ、豆腐、オレンジ | 黒糖蒸パン 保育ミルク | 16 (金) | 玄米ごはん 鯖塩麹焼き ゴーヤーチャンプル みそ汁、果物 | 米、黒米 鯖、塩麹、ゴーヤー、人参 玉ねぎ、卵、ポーク缶 大根、油揚げ、桃缶 | くずもち 保育ミルク |
| 28 (金) | 梅ごまごはん 麩チャンプルー 魚だんご汁、果物 | 米、かりかり梅、たくわん ごま、麩、からし菜、人参 厚揚げ、ツナ缶、魚すり身 大根、長ネギ、リンゴ | ベークドポテト 保育ミルク | 17 (土) | 前期園舎内消毒・大そうじ | | |
| 3 (土) | バタートースト ミネストローネ スープ、果物 | 食パン、バター、ベーコン、 玉葱、人参、ポテト、トマト いんげん、大豆、バナナ | 枝豆、 せんべい 保育ミルク | 19 (月) | 玄米ごはん 肉じゃが 大根ツナ和え みそ汁、果物 | 米、黒米、豚肉、じゃが芋、 玉葱、人参、いんげん、 しらたき、大根、ツナ缶、 小松菜、豆腐、リンゴ | サーター アンダギー 保育ミルク |
| 5 (月) | しらすご飯 豚汁、磯辺焼き 果物 | 米、しらす、刻み海苔、み つ葉、豚肉、長ネギ、大根 人参、ごぼう、こんにゃく 竹輪、青のり、オレンジ | スコーン 保育ミルク | 20 (火) | 鶏照焼き丼 もずく酢 すまし汁、果物 | 米、鶏肉、長ネギ、刻み海 苔、もずく、きゅうり | スイート ポテト 保育ミルク |
| 6 (火) | タコライス マカロニサラダ スープ、果物 | 米、豚ひき肉、玉ねぎ、 レタス、トマト、チーズ マカロニ、きゅうり、卵 人参、パイン缶 | みかんゼリー ビスケット 保育ミルク | 21 (水) | 冷やし中華 かぼちゃ煮つけ 果物 | 中華麺、ハム、もやし 胡瓜、卵、トマト、椎茸 かぼちゃ、ポーク缶 バナナ | おにぎり 保育ミルク |
| 7 (水) | スパゲティ ミートソース 生野菜サラダ 清し汁・果物 | パスタ、ひき肉、玉ねぎ、 人参、セロリ、トマト、粉 チーズ、レタス、キュウリ、 コーン、トマト 大根、はんぺん、バナナ | おかかおにぎり 保育ミルク | 22 (木) | 玄米ごはん ハンペンハンバーグ 野菜ソテー みそ汁、果物 | 玄米、黒米、豚ひき肉 ハンペン、玉葱、 人参、ブロッコリー、 豆腐、長ネギ、桃缶 | バナナ in ヨーグルト 保育ミルク |
| 8 (木) | 玄米ごはん 筑前煮 白菜おひたし みそ汁、果物 | 米、黒米、鶏肉、人参、 こんにゃく、ごぼう、蓮根、 いんげん、椎茸、白菜、 きゅうり、豆腐、長ネギ、 オレンジ | 卵サンド 保育ミルク | 24 (土) | すいとん タコウィンナー、 果物 | 小麦粉、豚肉、大根、人参、 椎茸、小松菜、 長ネギ、ウィンナー、 バナナ | 菓子パン 保育ミルク |
| 9 (金) | 玄米ごはん ひじき炒め 魚フライ みそ汁、果物 | 米、黒米、芽ひじき、人参 大豆、油揚げ、いんげん 卵、かにかまぼこ、ワカメ 長芋、リンゴ | カステラ 保育ミルク | 26 (月) | 夏野菜カレー わかめしらす和え 冬瓜スープ 果物 | 米、豚ひき肉、玉葱、人参 かぼちゃ、人参、ナス、 パプリカ、ワカメ、しらす きゅうり、冬瓜、竹輪 オレンジ | リンゴケーキ 保育ミルク |
| 10 (土) | 野菜ジュシー 茹卵 果物 | 米、豚肉、大根、人参、 小松菜、じゃが芋、長ネギ、 卵、バナナ | 菓子、チーズ 保育ミルク | 27 (火) | セーフアン もずくのかき揚げ 果物 | 米、鶏ささ身、卵、タケノ コ、人参、からし菜、椎茸、 もずく、ゴボウ、魚、コー ン缶、パイン缶 | ラスク 保育ミルク |
| 12 (月) | ハヤシライス トマトレタスサラ ダ、スープ | 米、豚肉、玉葱、人参 マッシュルーム、シメジ トマト、レタス、 キャベツ、セロリ、リンゴ | 野菜スティック 保育ミルク | 28 (水) | 沖縄そば 大根サラダ 果物 | 沖縄そば、豚だし骨、豚肉 かまぼこ、青ネギ 大根、人参、きゅうり バナナ | 鮭おにぎり 保育ミルク |
| 13 (火) | 麻婆豆腐丼 中華サラダ スープ、果物 | 米、豚ひき肉、豆腐、長ネ ギ、パプリカ、きゅうり 人参、春雨、ハム 卵、コーン缶、オレンジ | アメリカン ドッグ 保育ミルク | 29 (木) | 玄米ごはん、納豆 ヘチマンブシー 浅漬け、果物 | 米、黒米、納豆、長ネギ しらす、豚肉、ヘチマ、 人参、小松菜、胡瓜、白菜、 刻み昆布、スイカ | アイスクリー ム in コーンフ レーク 保育ミルク |
| 14 (水) | おべんとう会 | | 菓子パン 保育ミルク | 30 (金) | ちらし寿司 チキンกรル焼き サラダ、潮汁 フルーツヨーグルト | 米、鶏手羽元、しらす、 ごま、卵、タケノコ、人参、 レンコン、ブロッコリー、 胡瓜、あさり、青ネギ、ヨ ーグルト、バナナ | 誕生ケーキ 保育ミルク |
| 15 (木) | 焼うどん きゅうりツナ和え みそ汁、果物 | うどん、豚肉、長ネギ 人参、シメジ、白菜 きゅうり、玉葱、ツナ缶 わかめ、青ネギ、スイカ | 鮭おにぎり 保育ミルク | ◎やむを得ない事情で材料等が異なる場合があります。 ◎土曜日は調理員が交替で休むため市販のおやつになります。 | | | |