



# 7月の予定献立



2017年度  
桂ぶどうの木こども園

日付	曜日	昼食	材料	おやつ
10 24	月	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・マカロニサラダ ・夏野菜スープ	精白米・胚芽米 鶏肉(しょう油・みりん・砂糖) ハム・マカロニ・きゅうり・人参・コーン (マヨドレ・酢・砂糖・塩・胡椒) かぼちゃ・玉葱・オクラ(コンソメ・塩・胡椒)	・牛乳 ・枝豆(塩) ・お菓子 
11 25	火	・ごはん ・鮭の塩焼き ・うざく ・みそ汁	精白米・胚芽米 鮭(塩) 鰹の蒲焼き・きゅうり・人参・青紫蘇(酢・砂糖・しょう油) キャベツ・人参・玉葱・ほうれん草(味噌)	・牛乳 ・パイナップルケーキ (小麦粉・砂糖・卵・バター・牛乳 ベーキングパウダー・バイン缶)
12 26	水	・ごはん ・豚しゃぶサラダ ・トマト ・すまし汁	精白米・胚芽米 豚肉・キャベツ・きゅうり・人参・パプリカ・胡麻 (練り胡麻・マヨドレ・しょう油・酢・砂糖) トマト 人参・えのき・三つ葉(しょう油・塩)	・牛乳 ・ヨーグルト  ・お菓子
13 27	木	・ごはん ・はもの天ぷら ・三度豆と豆腐の胡麻和え ・みそ汁	精白米・胚芽米 鱧・さつまいも(小麦粉・サラダ油・塩) 豆腐・三度豆・人参・胡麻(しょう油・砂糖) しめじ・玉葱・人参・葱(味噌)	・牛乳 ・サンドイッチ (食パン13日・ピーナッツバター) (27日・きな粉クリーム)
14 28	金	・夏のカレーライス ・とうもろこしとチーズ	精白米・胚芽米・牛肉・じゃがいも・玉葱・人参・茄子 ズッキーニ(カレールウ・しょう油・牛乳・ソース・砂糖) とうもろこし・プロセスチーズ	・牛乳 ・果物  ・お菓子
1 15	土	・チリコンカンライス ・野菜スープ ・果物	精白米・胚芽米・合挽きミンチ・玉葱・人参・ミックス ビーンズ・にんにく (ケチャップ・ホールトマト・コンソメ・砂糖・塩・胡椒・サラダ油) じゃがいも・人参・玉葱(コンソメ・塩・胡椒) 果物	・牛乳 ・お菓子 
29		・焼き鳥丼 ・みそ汁 ・果物	精白米・胚芽米・鶏肉・玉葱・人参・白葱・焼き海苔 (しょう油・みりん・砂糖) じゃがいも・人参・玉葱(味噌) 果物	・牛乳 ・お菓子
3 31	月	・ごはん・トマト ・白身魚のカリカリフライ ・タルタル風サラダ ・野菜スープ	精白米・胚芽米 白身魚 (小麦粉・卵・コーンフレーク・サラダ油・塩・胡椒) 卵・じゃがいも・人参・きゅうり・パプリカ・ピクルス (マヨドレ・酢・砂糖・塩・胡椒) ・トマト キャベツ・人参・玉葱(コンソメ・塩・胡椒)	・牛乳 3日 いなり寿司 (精白米・人参・干し椎茸・胡麻 いなり寿司用油揚げ・酢・しょう油 砂糖・みりん・酒・塩) 31日 おにぎり (精白米・胚芽米・ふりかけ)
4 18	火	・ごはん ・高野豆腐の五目煮 ・じゃがいもの和え物 ・すまし汁	精白米・胚芽米 高野豆腐・平天・人参・しめじ 枝豆(しょう油・砂糖・みりん) ウインナー・じゃがいも(塩) 大根・人参・三つ葉(しょう油・塩)	・牛乳 ・サータアンダギー(小麦粉 卵・砂糖・ベーキングパウダー サラダ油)
お誕生 日会 5	水	・とうもろこしごはん ・鯡の南蛮漬け ・じゃこピーマン ・みそ汁 ・果物	精白米・胚芽米・とうもろこし(塩) 鯡・玉葱・パプリカ(しょう油・酢・砂糖・片栗粉・サラダ油) じゃこ・ピーマン・人参(しょう油・砂糖・酒) 油揚げ・茄子・人参・ニラ(味噌) 果物	・牛乳 ・フルーツきんとん (さつま芋・キウィフルーツ・バイン缶 みかん缶・生クリーム・砂糖)
19		・ごはん ・鯡の南蛮漬け ・じゃこピーマン ・みそ汁	精白米・胚芽米 鯡・玉葱・パプリカ(しょう油・酢・砂糖・片栗粉・サラダ油) じゃこ・ピーマン・人参(しょう油・砂糖・酒) 油揚げ・茄子・人参・ニラ(味噌)	・牛乳 ・わらび餅 (わらび粉・きな粉・砂糖)
6	木	☆おべんどうの日☆ 	・牛乳 ・七夕パイ(パイシート・卵・バナナ・カスタードミックス・牛乳)	
20		・スタミナ寿司 ・南瓜のそぼろ煮 ・スティックきゅうり ・すまし汁	精白米・胚芽米・牛肉・ごぼう・人参・紫蘇 (酢・砂糖・塩・しょう油・みりん・酒) 鶏ミンチ・南瓜・オクラ・生姜(しょう油・砂糖・みりん・酒) きゅうり(塩) えのき・人参・三つ葉(しょう油・塩)	・牛乳 ・焼きそば(焼きそば麺・豚肉・ キャベツ・人参・ピーマン・ソース・鰹節・ 青海苔)
7 21	金	・ごはん ・豚肉と茄子の味噌炒め ・こふきいも 7日・七夕素麺 21日・すまし汁	精白米・胚芽米 豚肉・茄子・人参・ピーマン・生姜 (味噌・しょう油・砂糖・酒) じゃがいも・青海苔(塩) 7日 七夕素麺・人参・オクラ(しょう油・塩) 21日 豆腐・人参・三つ葉(しょう油・塩)	・牛乳 ・お菓子 7日・フルーツポンチ (白玉粉・豆腐・砂糖・果物缶・西瓜 100%果汁ジュース) 21日・果物 
8 22	土	・チャーハン ・みそ汁 ・果物	精白米・胚芽米・焼き豚・玉葱・人参・とうもろこし 三度豆(中華だし・コンソメ・しょう油) キャベツ・玉葱・人参(味噌) 果物	・牛乳 ・お菓子