

7月の献立表 卵除去食

平成30年7月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
2	月	オレンジ	オレンジ	ホキのうま梅ソース	ほき	梅肉・しょうゆ・砂糖・料理酒・ごま	青ねぎ	もちもち チーズパン 牛乳	白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 油 牛乳
				フライドポテト		塩・こしょう			
				オクラの納豆和え	納豆	しょうゆ・みりん	おくら		
				ずまし汁	かつお節・だし昆布・ゆば	しょうゆ・みりん・塩	青ねぎ		
				ごはん		米			
3	火	クラッカー	クラッカー	ゴーヤチャンプルー	豆腐・豚肉	料理酒・油・しょうゆ	もやし・キャベツ・ゴーヤ	磯ビーンズ 牛乳	ちりめんじゃこ 油 大豆水煮 片栗粉 しょうゆ みりん 砂糖 牛乳
				中華春巻き	春巻き	塩・こしょう・シャンタン	人参		
				春雨スープ		油			
				ごはん		シャンタン・塩・春雨	コーン		
4	水	マンナ ウエハース	マンナ ウエハース	冷しゃぶ	豚肉	しょうゆ・酢・ごま油・ごま・砂糖	もやし・きゅうり・トマト	ポパイケーキ 牛乳	ホットケーキ ミックス ほうれん草 牛乳 砂糖 牛乳
				切り干し大根の煮物	油揚げ	しょうゆ・酒・みりん・砂糖・油	切干大根・人参・絹さや		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		ちんげん菜		
				ごはん		米			
5	木	ぶかしもち	さつまいも	白身魚フライ	白身魚フライ	油		チヂミ 牛乳	小麦粉 ニラ 人参 ごま油 しょうゆ 酢 牛乳
				スナッフえんどうおかか和え	かつお節	しょうゆ・砂糖	スナッフえんどう		
				スパゲティソテー	ウインナー	スパゲティ・塩・こしょう・ケチャップ	ピーマン・たまねぎ・コーン		
				コンソメスープ		油			
				ごはん		コンソメ・塩	キャベツ・パセリ		
6	金	七夕まつり ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	七夕そうめん	かつお節・だし昆布	そうめん・しょうゆ・砂糖	星人人参・オクラ・干椎茸	お星様ゼリー 牛乳	ぶどうジュース パイナップル みかん 寒天 砂糖 牛乳
				かぼちゃそぼろあんかけ	鶏ミンチ・厚揚げ	しょうゆ・砂糖・みりん	かぼちゃ・グリーンピース		
				わかめごはん	わかめ	米			
				ごはん		みりん	コーン		
7	土	こめほんせん	こめほんせん	牛丼	牛肉	米・糸こんにゃく・砂糖	たまねぎ・人参	黒糖食パン 牛乳	黒糖食パン 牛乳
				きゅうりの酢の物	わかめ	酢・砂糖・しょうゆ・塩	きゅうり		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		小松菜		
				ごはん		しょうゆ			
9	月	りんご	りんご	さばの塩焼き	さば	塩		ぎょうざピザ 牛乳	ぎょうざの皮 ケチャップ トマト コーン 粉チーズ 牛乳
				(0.1歳はさわら)					
				キャベツのゆかり和え			キャベツ・ゆかり		
				五目大豆		大豆・こんにゃく・砂糖・しょうゆ・みりん	絹さや・人参・干椎茸・ごぼう		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		玉ねぎ・青ねぎ		
10	火	紫いも せんべい	紫いも せんべい	肉団子あんかけ	豚ミンチ	砂糖・塩・油・しょうゆ	ニラ・たまねぎ・生姜	クッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 牛乳
				春雨のさっぱり和え		みりん・片栗粉			
				わかめスープ	わかめ	春雨・酢・砂糖・ごま油・しょうゆ	きゅうり・人参・きくらげ		
				ごはん		シャンタン・塩	長ネギ		
11	水	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	豚肉と野菜の生姜焼き	豚肉	しょうゆ・みりん・料理酒	たまねぎ・人参・もやし・キャベツ	ようかん 牛乳	こしあん 寒天 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
				蒸ししゅうまい	しゅうまい	砂糖・油	ピーマン・生姜		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		オクラ		
				ごはん		米			
12	木	かぼちゃ煮	かぼちゃ	ラタトゥイユ	ウインナー・粉チーズ	油・ケチャップ・コンソメ・塩・こしょう	トマト・なす・ピーマン	五平餅 牛乳	米 赤味噌 砂糖 みりん ごま 牛乳
				小松菜と厚揚げのソテー	厚揚げ	塩・こしょう・油	小松菜・赤ピーマン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ブロッコリー・コーン		
				ロールパン		ロールパン			
13	金	ベビー スティック	ベビー スティック	おろしハンバーグ	合ミンチ	しょうゆ・みりん・砂糖・片栗粉	大根・たまねぎ	きなこドーナツ 牛乳	ホットケーキ ミックス 豆腐 油 きなこ 砂糖 牛乳
				枝豆		塩	枝豆		
				中華風きんぴら		ごま油・しょうゆ・料理酒	れんこん・ごぼう・人参		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	みりん・砂糖・いりごま	えのき・しめじ・青ねぎ		
				ごはん		米			
14	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	焼きうどん	豚肉	うどん・塩・こしょう	ピーマン・たまねぎ・人参	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
				フラワーサラダ		やきそばソース・油	キャベツ		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	酢・油・砂糖・こしょう	ブロッコリー・カリフラワー 赤パプリカ・黄パプリカ		
				豆腐			青ねぎ		

# 7月の献立表 卵除去食

平成30年7月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL.6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料	
17	火	りんご	りんご	鮭のチーズ焼き	鮭・ミックスチーズ		パセリ	恐竜の卵牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキングパウダー 牛乳	
				ほうれんそうの和え物	かつお節	しょうゆ・砂糖	ほうれん草・もやし			
				ポークビーンズ	豚肉・大豆	砂糖・しょうゆ	たまねぎ・人参・グリーンピース			
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	ケチャップ・コンソメ	トマト			
				ごはん		米	なす			
18	水	クラッカー	クラッカー	夏野菜カレーライス	牛肉	米・かぼちゃ・カレールウ・油	なす・玉ねぎ・赤ピーマン	チーズトースト牛乳	食パン ミックスチーズ パセリ 牛乳	
				マカロニサラダ		塩・こしょう・コンソメ	マカロニ・油・塩・こしょう			きゅうり・コーン・人参
				オレンジ						オレンジ
				オレング						
19	木	粉ふきいも	じゃがいも	タンドリーチキン	鶏肉・ヨーグルト	塩・こしょう・ケチャップ	生姜	きなこマカロニ牛乳	マカロニ きなこ 砂糖 牛乳	
				ブロッコリー		カレー粉	ブロッコリー			
				ひじきサラダ	ひじき	酢・砂糖・塩・こしょう	キャベツ・赤ピーマン			
				具沢山味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		人参・大根・ごぼう・青ねぎ			
				ごはん		米				
20	金	マンナウエハース	マンナウエハース	イカのキャベツ炒め	いか	片栗粉・料理酒・塩・シャンタン	キャベツ・人参・たけのこ水煮	フルーツヨーグルトお茶	パイン みかん ヨーグルト 砂糖 お茶	
				さつま芋の甘煮		さつまいも・砂糖	チンゲン菜・干椎茸・おろし生姜			
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	花麩				
				ごはん		米				
21	土	ソフトな塩せんべい	ソフトな塩せんべい	チャーハン	豚ミンチ	米・シャンタン・塩・こしょう	玉ねぎ・人参・ねぎ	フライドポテト牛乳	フライドポテト 牛乳	
						油				
				小松菜のツナ和え	ツナ	砂糖・しょうゆ	小松菜・コーン			
				コンソメスープ		コンソメ・塩	大根・パセリ			
23	月	オレンジ	オレンジ	鯨の南蛮漬け	鯨	塩・片栗粉・油	玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ	そうめんお茶	そうめん きゅうり コーン だし昆布 かつお節 砂糖 みりん しょうゆ お茶	
				(0.1歳はたら)		酢・砂糖・しょうゆ	黄パプリカ			
				冬瓜のそぼろあんかけ	豚ミンチ	しょうゆ・砂糖・みりん・片栗粉	冬瓜・グリーンピース			
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		なめこ・青ねぎ			
				ごはん		米				
24	火	紫いもせんべい	紫いもせんべい	ライオンハヤシライス	牛肉・ウィンナー	米・砂糖・ハヤシルー・ケチャップ	たまねぎ・マッシュルーム缶	洋梨ケーキ牛乳	ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳 ホイップ 洋梨 牛乳	
				ポテトサラダ		じゃがいも・こしょう・塩	人参・グリーンピース・レーズン			
				パイナップル			きゅうり・コーン・赤ピーマン			
25	水	南瓜煮	かぼちゃ	チンジャオロース	豚肉	オイスターソース・しょうゆ	ピーマン・たけのこ・人参	あんこパイ牛乳	こしあん ぎょうざの皮 油 牛乳	
				肉団子の甘酢あん	鶏ミンチ	砂糖・料理酒・片栗粉・油	もやし			
				中華スープ	木綿豆腐	酢・しょうゆ・砂糖・みりん・片栗粉	生姜			
				ごはん		ごま	ニラ			
26	木	マンナビスケット	マンナビスケット	冷やし中華	豚肉・刻みのり	中華めん・しょうゆ・酢・砂糖	トマト・きゅうり・ホールコーン	茹でとうもろこし牛乳	とうもろこし 牛乳	
						シャンタン・ごま油・ごま				
				なすと厚揚げ煮	厚揚げ・かつお節	しょうゆ・砂糖・みりん	なす・いんげん			
				ゆかりごはん		米	ゆかり			
27	金	こめぼんせん	こめぼんせん	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒	生姜	スイートポテト牛乳	さつまいも マーガリン 砂糖 牛乳 黒ゴマ 牛乳	
				トマト		片栗粉・油	トマト			
				ほうれんそう磯和え	刻みのり	しょうゆ・砂糖	ほうれん草・もやし・人参			
				コンソメスープ		コンソメ・塩	たまねぎ・パセリ			
				ごはん		米				
28	土	ベビースティック	ベビースティック	カレーピラフ	牛ミンチ	米・塩・こしょう・コンソメ	玉ねぎ・人参・グリーンピース	クラッカーサンド牛乳	クラッカー イチゴジャム 牛乳	
						カレー粉				
				コールスローサラダ		酢・砂糖・塩・こしょう・油	キャベツ・コーン・きゅうり			
				プチゼリー			プチゼリー			
30	月	ふかしいも	さつまいも	かれないの生姜煮	かれない	料理酒・砂糖・みりん・しょうゆ	生姜	レーズンケーキ牛乳	ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳 レーズン 牛乳	
				いんげんゆかり和え			いんげん・ゆかり			
				れんこんサラダ	ツナ	しょうゆ・砂糖	れんこん・枝豆・人参			
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	そうめん	青ねぎ			
				ごはん		米				
31	火	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	麻婆豆腐	豆腐・豚ミンチ・味噌	ごま油・砂糖・しょうゆ	たまねぎ・ねぎ・たけのこ	わらびもち牛乳	片栗粉 砂糖 きな粉 牛乳	
					赤味噌	シャンタン・片栗粉	干椎茸			
				中華はるさめ		春雨・しょうゆ・酢・砂糖・ごま油	きゅうり・きくらげ・人参・コーン			
				中華スープ		シャンタン・塩	ちんげん菜			
				ごはん		米				