

7月の献立表 卵除去食

平成28年7月  
TEL6772-4497

四天王寺夕陽丘保育園

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
1	金	ウエハース	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	スイートポテト牛乳	さつまいも マーガリン 牛乳 砂糖 牛乳
				白身魚の磯部揚げ	さわら	こしょう・油	チンゲン菜・干椎茸・おろし生姜		
				中華スープ		塩・こしょう・片栗粉・油	青のり		
				ごはん		ごま・ごま油・シャンタン・塩	こら・もやし		
2	土	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	コーンラーメン	豚肉	卵除去麺・シャンタン・塩	キャベツ・ねぎ・ホールコーン	わかめおにぎりお茶	米 わかめ お茶
				ウイナーソテー	ウイナー	しょうゆ	人参		
				プチゼリー			プチゼリー		
				ごはん		米			
4	月	ソフトな塩せんべい	ソフトな塩せんべい	さばの竜田あげ	さば	片栗粉・油・しょうゆ	おろし生姜	りんご蒸しパン牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 砂糖 りんご 牛乳
				(0.1歳はホキ)		砂糖・みりん・料理酒			
				白菜のじゃこ和え	ちりめんじゃこ	しょうゆ・みりん	白菜		
				高野豆腐の煮物	高野豆腐	砂糖・しょうゆ	グリーンピース・人参		
				豆腐みそ汁	豆腐・かつお節・味噌		わかめ・だし昆布		
				ごはん		米			
5	火	南瓜煮	南瓜	タンドリーチキン	鶏肉・ヨーグルト	塩・こしょう・油・ケチャップ	おろし生姜	茹でとうもろこし牛乳	とうもろこし 塩 牛乳
				コーンアスパラソテー		カレー粉	グリーンアスパラ・ホールコーン		
				マカロニサラダ	ウイナー	油・塩・こしょう	きゅうり・人参		
				コンソメスープ		マカロニ・塩・こしょう	チンゲン菜・たまねぎ		
				ごはん		コンソメ・塩	米		
6	水	ひえぼーろ	ひえぼーろ	豚肉の生姜炒め	豚肉	しょうゆ・料理酒・みりん	たまねぎ・キャベツ・パプリカ赤	わらびもち牛乳	片栗粉 砂糖 きな粉 牛乳
				さつまいもの甘煮		砂糖・油	ピーマン・しょうが		
				なすのみそ汁	味噌・かつお節	さつまいも・砂糖	なす・だし昆布		
				ごはん		米			
7	木	オレンジ	オレンジ	七夕そうめん	かつお節・ツナ缶	そうめん・しょうゆ・砂糖	人参・オクラ・干椎茸	クッキー牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 黒ゴマ 牛乳
				がんも煮物	がんも	みりん	だいこん		
				わかめごはん		砂糖・しょうゆ・みりん	いんげん・大根		
8	金	クラッカー	クラッカー	鶏肉の竜田揚げ	鶏肉	しょうゆ・料理酒・片栗粉・油		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 ミックスチーズ 牛乳
				トマト			トマト		
				フラワーサラダ		砂糖・酢・油・塩・こしょう	ブロッコリー・カリフラワー		
				白菜のみそ汁	味噌・かつお節		人参		
				ごはん		白菜・ねぎ・だし昆布	米		
9	土	紫いもせんべい	紫いもせんべい	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	フライドポテト牛乳	フライドポテト 牛乳
				大根サラダ	かつお節	カレー粉			
				オレンジ		砂糖・酢・油・しょうゆ	大根・きゅうり		
11	月	こめせんべい	こめせんべい	新生姜ごはん	ちりめんじゃこ	米・料理酒・しょうゆ	新生姜	ポパイケーキ牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 砂糖 ほうれんそう 牛乳
				さんまの塩焼き	さんま	塩			
				(0.1歳はさわら)					
				野菜ごま和え		白ごま・しょうゆ・砂糖	白菜・小松菜		
				厚揚げのそぼろ煮	豚ミンチ・厚揚げ・枝豆	砂糖・しょうゆ・かたくり粉			
				みそ汁	みそ・かつお節		わかめ・ねぎ・だし昆布		
12	火	オレンジ	オレンジ	麻婆なす	豚ミンチ	油・砂糖・しょうゆ	なす・たまねぎ・ねぎ	磯ピーズ牛乳	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
					味噌・八丁味噌	片栗粉	筍・おろし生姜		
				春雨の酢の物		春雨・酢・砂糖・塩	きゅうり・人参		
				中華スープ		シャンタン・塩	青梗菜・大根		
				ごはん		米			
13	水	マンナビスケット	マンナビスケット	あんかけハンバーグ	合ミンチ	しょうゆ・みりん・片栗粉	玉ねぎ	じゃがバター牛乳	じゃがいも バター 塩 牛乳
				かぼちゃソテー		塩・こしょう・油	かぼちゃ		
				ごぼうサラダ		塩・こしょう・油			
				きのこみそ汁	かつお節・味噌	砂糖・しょうゆ・油・塩・こしょう	ごぼう・ホールコーン・赤ピーマン		
				ごはん		だし昆布・しめじ・えのき	米		
14	木	ふかし芋	さつまいも	散らし寿司	鮭フレーク	米・しょうゆ・酢・砂糖	人参・れんこん・干椎茸・絹さや	そうめんお茶	そうめん きゅうり だし昆布 かつお節 砂糖 みりん しょうゆ お茶
							刻みのり・コーン		
				里芋と薄揚げ煮	油揚げ	里芋・砂糖・しょうゆ・みりん	グリーンピース		
				ずまし汁	かつお節・ゆば	しょうゆ・みりん・塩	だし昆布・青ねぎ		
15	金	ベビーステイック	ベビーステイック	白身魚のフライ	白身魚フライ	油	粉パセリ	お麩ラスク ビビビ キャンディ チーズ 牛乳	ふ マーガリン きな粉 砂糖 ビビビキャンディ チーズ 牛乳
				粉ふきいち		じゃがいも・塩			
				ほうれん草の磯和え		砂糖・しょうゆ	ほうれん草・えのき・刻みのり		
				白菜のみそ汁	油揚げ・味噌・かつお節		白菜・人参・だし昆布		
				ごはん		米			

7月の献立表 卵除去食

平成28年7月  
四天王寺夕陽丘保育園 TEL.6772-4497

曜	日	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
16	土	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	冷やし中華	豚肉	卵除去麺・しょうゆ・砂糖・酢	トマト・きゅうり・ホールコーン	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
				ウインナーソテー	ウインナー	シャンタン・ごま油・ごま油	刻みのり		
				オレンジ			オレンジ		
18	月								
19	火	クラッカー	クラッカー	鮭の塩焼き	鮭	塩		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
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				春雨のさっぱり和え		春雨・酢・砂糖・ごま油	きゅうり・人参		
				豆腐の味噌汁	豆腐・味噌・かつお節		青ねぎ・だし昆布		
				ごはん		米			
20	水	粉ふきもち	じゃがいも	マカロニグラタン	牛乳・ミックスチーズ	マカロニ・マーガリン・パン粉	たまねぎ・マッシュルーム缶	チャーハン お茶	米 グリーンピース ちりめんじゃこ 人参 油 シャンタン 塩 こしょう お茶
					鶏肉	ホワイトルー・コンソメ・塩			
				アスパラサラダ	ツナ缶	砂糖・酢・油・塩・こしょう	アスパラ・人参・コーン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	チンゲン菜		
				ロールパン		ロールパン			
21	木	ウエハース	ウエハース	厚揚げと牛肉の甘辛炒め	厚揚げ・牛肉	みりん・料理酒・砂糖・油	キャベツ・赤ピーマン・ピーマン	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 牛乳
					赤みそ		しめじ		
				もやしのごま和え		砂糖・しょうゆ・白ごま	もやし・わかめ		
				冬瓜の味噌汁	味噌・かつお節		冬瓜・だし昆布		
				ごはん		米			
22	金	大ぐまお泊り保育 オレンジ	オレンジ	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒	おろし生姜	きなごマカロニ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 牛乳
				トマト		片栗粉・油	トマト		
				かぼちゃサラダ		塩・こしょう	きゅうり・かぼちゃ・人参		
				みそ汁	味噌・かつお節	そうめん	だし昆布・青ねぎ		
				ごはん		米			
23	土	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	豚丼	豚肉	米・糸こんにゃく・砂糖	たまねぎ	黒糖食パン 牛乳	黒糖食パン 牛乳
						しょうゆ			
				小松菜のごま和え		ごま・しょうゆ・砂糖	小松菜・人参		
				なめこの味噌汁	かつお節・味噌		だし昆布・なめこ		
25	月	ひえぼーろ	ひえぼーろ	特製かぼちゃ焼き	豚ミンチ	砂糖・塩・こしょう	グリーンピース・たまねぎ	フルーツ ヨーグルト お茶	みかん りんご 砂糖 プレーンヨーグルト お茶
							赤ピーマン・南瓜		
				スナップえんどう			スナップえんどう		
				オクラの納豆和え	納豆	しょうゆ・みりん	おくら		
				みそ汁	かつお節・味噌		だし昆布・小松菜		
26	火	南瓜煮	かぼちゃ	ホキの南部焼き	ホキ	料理酒・しょうゆ・黒ゴマ・みりん		チヂミ 牛乳	小麦粉 ニラ 人参 ごま油 しょうゆ 酢 牛乳
				ほうれん草のかつお和え	かつお節	しょうゆ・みりん	ほうれん草		
				ひじき煮	大豆水煮	しょうゆ・砂糖	ひじき・人参・れんこん		
				みそ汁	かつお節・味噌		だし昆布・玉ねぎ		
				ごはん		米			
27	水	音楽指導 マンナビスケット	マンナビスケット	八宝菜	豚肉	油・シャンタン・しょうゆ	たまねぎ・白菜・パプリカ赤	揚げパン 牛乳	ロールパン 油 グラニュー糖 牛乳
						片栗粉	キクラゲ・たけのこ水煮・絹さや		
				揚げぎょうざ	ぎょうざ	油	おろし生姜		
				中華スープ		シャンタン・塩	わかめ・コーン		
				ごはん		米			
28	木	お誕生日会 ふかしもち	さつまいも	エビフライカレー	エビフライ	米・コンソメ・カレールウ・油	人参・玉ねぎ	キャロットケーキ 牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 砂糖 人参 粉砂糖 バナナッブル 牛乳
						じゃが芋	グリーンピース		
				スパゲティーサラダ	ウインナー	スパゲティー・塩・こしょう	ミックスベジタブル		
				オレンジ			オレンジ		
29	金	卒園児里帰り ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	ハンバーグ	合ミンチ	塩・こしょう・油・ケチャップ	玉ねぎ	ようかん 牛乳	こしあん 寒天 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				ツナサラダ	ツナ缶	砂糖・酢・油・塩・こしょう	きゅうり・人参・キャベツ		
				鮭の味噌汁	味噌・かつお節	麩	わかめ・だし昆布		
				ごはん		米			
30	土	ベビー ステイック	ベビー ステイック	五目うどん	豚肉	うどん・みりん・しょうゆ	白菜・ねぎ・干椎茸	ごま塩おにぎり お茶	米 黒ゴマ 塩 お茶
				切干大根の煮物	油揚げ	砂糖・しょうゆ	切干大根・人参・絹さや		
				プチゼリー			プチゼリー		