

7月の献立表 幼児食

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
				竹輪の磯部揚げ	竹輪	こしょう・油	チンゲン菜・干椎茸・おろし生姜		
				中華スープ		小麦粉・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	ラーメン・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
				ウイナーソーテー	ウイナー	しょうゆ	人参		
				プチゼリー			プチゼリー		
				ごはん					
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		
				高野豆腐の卵とじ	高野豆腐・卵	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
				コーンアスパラソーテー		油・塩・こしょう	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	マカロニ・塩・こしょう	きゅうり・人参		
				コンソメスープ		マヨネーズ	チンゲン菜・たまねぎ		
				ごはん		コンソメ・塩			
				ごはん		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	錦糸卵・かつお節	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 卵 黒ゴマ 牛乳
				がんも煮物	がんも	砂糖・しょうゆ・みりん	いんげん・大根		
				わかめごはん		米	わかめ		
8	金	クラッカー	クラッカー	チキンカツ	チキンカツ	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		米	白菜・ねぎ・だし昆布		
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	砂糖・酢・油・しょうゆ	大根・きゅうり		
				オレンジ			オレンジ		
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		カットワカメ・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
					味噌・八丁味噌	片栗粉	筍・おろし生姜		
				春雨の酢の物	カニカマ	春雨・酢・砂糖・塩	きゅうり・人参		
				中華スープ		シャンタン・塩			
				ごはん		米			
13	水	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	あんかけ豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ	しょうゆ・みりん・片栗粉		じゃがバター 牛乳	じゃがいも バター 塩 牛乳
				かぼちゃソーテー		塩・こしょう・油	かぼちゃ		
				ごぼうサラダ		マヨネーズ・塩・こしょう	ごぼう・ホールコーン・赤ピーマン		
				きのこみそ汁	かつお節・味噌		だし昆布・しめじ・えのき		
				ごはん		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
					錦糸卵		刻みのり		
				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		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	粉パセリ		
				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	味噌・かつお節		白菜・人参・だし昆布		
				ごはん		米			

7月の献立表 幼児食

平成28年7月  
四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

曜	日	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	力や熱になる	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	中華めん・しょうゆ・酢・砂糖	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
				蒸しシュウマイ	シュウマイ				
				オレンジ			オレンジ		
18	月								
19	火	クラッカー	クラッカー	鮭のマヨネーズ焼き	鮭	マヨネーズ	粉バセリ	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
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				春雨のさっぱり和え	ハム	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 卵 牛乳
					赤みそ		しめじ		
				もやしのごま和え	カニカマ	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	鱈のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒	おろし生姜	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 牛乳
						片栗粉・油			
				トマト			トマト		
				かぼちゃサラダ	ハム	塩・こしょう・マヨネーズ	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		
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	五目卵焼き	卵・豚ミンチ	砂糖・塩・油	グリーンピース・たまねぎ・赤ピーマン	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
				スナッペンとう			スナッペンとう		
				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		
				ごはん		米			
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 卵 砂糖 人参 粉砂糖 パイナップル 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・マヨネーズ・塩	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	ハンバーグ	ケチャップ		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・なると	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		