

7月の献立表(初期・中期・後期食) \*卵は使っていません

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	ベビー スティック	ベビー スティック	豆腐とキャベツ煮	豆腐		キャベツ・人参・だし昆布	さつまいも スティック	さつまいも 砂糖
				青梗菜煮			青梗菜・だし昆布		
				すまし汁			もやし・だし昆布		
				おかゆ		米			
2	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	煮込みうどん		うどん	キャベツ・ねぎ・ホールコーン	わかめ粥	米 わかめ
				たらのつぶし煮	たら		だし昆布		
				オレンジ			オレンジ		
				おかゆ					
4	月	ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	ホキと白菜煮	ホキ		白菜・人参・だし昆布	蒸しパン	ホットケーキ ミックス
				大根の煮物			グリーンピース・大根		
				みそ汁	味噌		わかめ・だし昆布		
				おかゆ		米			
5	火	南瓜煮	南瓜	豆腐煮	豆腐		玉ねぎ・コーン・だし昆布	コーン粥	米 コーン
				マカロニ煮		マカロニ	きゅうり・人参・だし昆布		
				すまし汁			チンゲン菜・だし昆布		
				おかゆ		米			
6	水	ひえぼーろ	ひえぼーろ	カラフル煮	鮭		たまねぎ・パプリカ赤	ひじき粥	米 ひじき
				さつまいも煮		さつまいも	だし昆布		
				なすのみそ汁	味噌		なす・だし昆布		
				おかゆ		米			
7	木	オレンジ	オレンジ	煮込みうどん	さわら	うどん	人参・玉ねぎ	人参 蒸しパン	ホットケーキ ミックス 人参
				大根の煮物			いんげん・大根・だし昆布		
				おかゆ		米			
				おかゆ					
8	金	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	豆腐のトマト煮	豆腐		トマト・玉ねぎ・人参	グリーンピース粥	米 グリーンピース
				フラワー煮			ブロッコリー・カリフラワー		
				白菜のみそ汁	味噌		だし昆布		
				おかゆ		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	野菜粥	たら	米	玉ねぎ・人参・グリーンピース	粉吹き芋	じゃが芋
				大根煮			大根・きゅうり		
				オレンジ			だし昆布		
				オレンジ			オレンジ		
11	月	こめせんべい	こめせんべい	おかゆ		米		ほうれん草 蒸しパン	ホットケーキ ミックス ほうれん草
				鯖と小松菜煮	鯖		小松菜・白菜・だし昆布		
				南瓜煮			南瓜・だし昆布		
				みそ汁	みそ		わかめ・ねぎ・だし昆布		
12	火	オレンジ	オレンジ	豆腐のあんかけ煮	豆腐	片栗粉	なす・たまねぎ・ねぎ	マッシュポテト	じゃが芋
							だし昆布		
				春雨煮		春雨	きゅうり・人参・だし昆布		
				すまし汁			青梗菜・大根・だし昆布		
13	水	サクサク 南瓜クッキー	サクサク 南瓜クッキー	鮭と南瓜煮	鮭		南瓜・玉ねぎ・だし昆布	人参粥	米 人参
				大根の煮物			大根・赤ピーマン・だし昆布		
				みそ汁	味噌		だし昆布・わかめ		
				おかゆ		米			
14	木	ふかし芋	さつまいも	おかゆ		米		煮込みうどん	うどん 白菜 きゅうり だし昆布
				豆腐煮	豆腐		玉葱・人参・だし昆布		
				里芋煮		里芋	グリーンピース・だし昆布		
				すまし汁			だし昆布・青ねぎ・玉ねぎ		
15	金	ベビー スティック	ベビー スティック	ホキとじゃが芋煮	ホキ	じゃが芋	人参・だし昆布	りんご 赤ちゃんせんべい	りんご 赤ちゃんせんべい
				ほうれん草の煮物			ほうれん草・えのき・だし昆布		
				白菜のみそ汁	味噌		白菜・人参・だし昆布		
				おかゆ		米			

7月の献立表(初期・中期・後期食) \*卵は使っていません

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	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	煮込みうどん		うどん	玉葱・コーン・だし昆布	わかめ粥	米 わかめ
				豆腐煮	豆腐		人参・だし昆布		
				オレンジ			オレンジ		
18	月								
19	火	紫いもせんべい	紫いもせんべい	煮魚	鮭		ブロッコリー・カリフラワー だし昆布	南瓜蒸しパン	ホットケーキ ミックス 南瓜
				春雨煮		春雨	きゅうり・人参・だし昆布		
				味噌汁	味噌		青ねぎ・だし昆布・玉ねぎ		
				おかゆ		米			
20	水	粉ふきいも	じゃがいも	豆腐とマカロニ煮	豆腐	マカロニ	たまねぎ・人参・だし昆布	グリーンピース粥	米 グリーンピース
				アスパラ煮			アスパラ・コーン・だし昆布		
				すまし汁			チンゲン菜・だし昆布		
				おかゆ		米			
21	木	ベビーステイック	ベビーステイック	たらとキャベツ煮	たら		キャベツ・赤ピーマン・ピーマン だし昆布	蒸しパン	ホットケーキ ミックス
				もやしの煮物			もやし・わかめ だし昆布		
				冬瓜の味噌汁	味噌		冬瓜・だし昆布		
				おかゆ		米			
22	金	オレンジ	オレンジ	豆腐の煮物	豆腐		玉葱・人参・だし昆布	マカロニ煮	マカロニ 砂糖
				かぼちゃ煮			南瓜・だし昆布		
				みそ汁	味噌	そうめん	だし昆布・青ねぎ		
				おかゆ		米			
23	土	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	鱈の煮物	さわら		ブロッコリー・カリフラワー だし昆布	ひじき粥	米 ひじき
				小松菜の煮物			小松菜・人参 だし昆布		
				味噌汁	味噌		だし昆布・玉葱		
				おかゆ		米			
25	月	ひえぼーろ	ひえぼーろ	豆腐煮	豆腐		赤ピーマン・玉ねぎ だし昆布	オレンジ ベビースティック	オレンジ ベビースティック
				南瓜煮			南瓜・だし昆布		
				みそ汁	味噌		だし昆布・小松菜		
				おかゆ		米			
26	火	南瓜煮	かぼちゃ	ホキとほうれん草煮	ホキ		ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	人参粥	米 人参
				ひじき煮			ひじき・人参・だし昆布		
				みそ汁	味噌		だし昆布・玉ねぎ		
				おかゆ		米			
27	水	サクサク 南瓜クッキー	サクサク 南瓜クッキー	豆腐と白菜煮	豆腐		白菜・パプリカ赤 だし昆布	コーン粥	米 コーン
				さつま芋煮		さつま芋	だし昆布		
				すまし汁			わかめ・だし昆布		
				おかゆ		米			
28	木	ふかしもち	さつまいも	鮭と野菜煮	鮭		人参 玉ねぎ・だし昆布	人参蒸しパン	ホットケーキ ミックス 人参
				じゃが芋煮		じゃが芋	ミックスベジタブル だし昆布		
				オレンジ			オレンジ		
				おかゆ		米			
29	金	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	豆腐とブロッコリー煮	豆腐		玉ねぎ ブロッコリー・だし昆布	グリーンピース粥	米 グリーンピース
				キャベツ煮			きゅうり・キャベツ・だし昆布		
				味噌汁	味噌		わかめ・だし昆布		
				おかゆ		米			
30	土	ベビーステイック	ベビーステイック	煮込みうどん		うどん	白菜・ねぎ・人参 だし昆布	わかめ粥	米 わかめ
				大根の煮物			大根・絹さや・だし昆布		
				たらのつぶし煮	たら		だし昆布		