

平成30年 7月献立表 友田保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
2 月	ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 刻み昆布の煮つけ 大根とえのきの味噌汁 すいか	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／ごま油／きびざとう／調合油／パイ皮	豚中型種モモ(脂肪なし)／刻み昆布／油揚げ／わかめ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／牛乳	野菜ジュース／しょうが／玉葱／赤ピーマン／青ピーマン／にんじん／だいこん／えのきたけ／すいか／いちごジャム(低糖度)	いちごのジャムパイ 牛乳 野菜ジュース	18 水	麦ごはん たららの甘酢あん 青菜とひじきのあえ物 冬瓜の味噌汁 メロン	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／調合油／ごま油／きびざとう／上白糖／薄力粉	牛乳／まだら／干ひじき(押し麦、乾)／油揚げ／木綿豆腐／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／クリームチーズ／カニ(乳脂肪・植物性脂肪)／卵	にんじん／玉葱／グリーンピース(冷凍)／まつな／きゅうり／とうもろこし缶詰(体)／とうが／こねぎ／メロン(温室)／日本かぼちゃ／レモン(果汁、生)	かぼちゃのチーズケーキ 牛乳 野菜ジュース
3 火	コッペパン ハンバーグ トマトソース 五目サラダ ピシソワーズ バナナ	コッペパン(市販品)／パン粉(生)／調合油／有塩バター／薄力粉／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも	牛乳／豚ひき肉／卵／ロースハム／クリーム(植物性脂肪)	玉葱／にんじん／にんにく(りん茎)／トマト缶詰(ホール)／さやいんげん／キャベツ／きゅうり／パセリ／バナナ／とうもろこし	とうもろこし 麦茶 牛乳	19 木	冷やし中華(昼) ちくわの磯辺揚げ すいか	中華めん(生)／ごま油／きびざとう／調合油／薄力粉／水稲穀粒(精白米)	豆乳／ロースハム／卵／焼き竹輪／あおのり／油揚げ／牛乳	きゅうり／すいか／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／ごぼう	五目おこわ 牛乳 豆乳
4 水	麦ごはん たららの甘酢あん 青菜とひじきのあえ物 冬瓜の味噌汁 メロン	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／調合油／ごま油／きびざとう／上白糖／薄力粉	牛乳／まだら／干ひじき(押し麦、乾)／油揚げ／木綿豆腐／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／クリームチーズ／カニ(乳脂肪・植物性脂肪)／卵	にんじん／玉葱／グリーンピース(冷凍)／こまつな／きゅうり／とうもろこし缶詰(体)／とうが／こねぎ／メロン(温室)／日本かぼちゃ／レモン(果汁、生)	かぼちゃのチーズケーキ 牛乳 野菜ジュース	20 金	ごはん 鶏のごま焼き 短冊サラダ もやしの味噌汁 メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／白ごま(いり)／マヨネーズ(全卵型)／ロールパン／じゃがいも／有塩バター	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／かに(風味かまぼこ)／木綿豆腐／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／たらこ	しょうが／にんにく(りん茎)／だいこん／にんじん／みずな／りょくとうもやし／ねぎ／えのきたけ／メロン(温室)／きゅうり	たらもどック 牛乳 野菜ジュース
5 木	冷やし中華(昼) ちくわの磯辺揚げ すいか	中華めん(生)／ごま油／きびざとう／調合油／薄力粉／水稲穀粒(精白米)	豆乳／ロースハム／卵／焼き竹輪／あおのり／油揚げ／牛乳	きゅうり／すいか／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／ごぼう	五目おこわ 牛乳 豆乳	21 土	なすのミートスパゲッティ カリフラワーサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲッティ／有塩バター／調合油／きびざとう／じゃがいも／ケーキドーナツ	豆乳／豚ひき肉／粉チーズ／ロースハム／牛乳	玉葱／なす／トマト缶詰(ホール)／カリフラワー／ブロッコリー／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／バナナ	ドーナツ 牛乳 豆乳
6 金	ごはん 鶏のごま焼き 短冊サラダ 七タそうめん汁 メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／白ごま(いり)／マヨネーズ(全卵型)／そうめん・ひやむぎ(乾)	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／かに(風味かまぼこ)／木綿豆腐／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／クリームチーズ／カニ(乳脂肪・植物性脂肪)／卵	しょうが／にんにく(りん茎)／だいこん／にんじん／みずな／オクラ／きゅうり／メロン(温室)	七タゼリー 麦ふあ 牛乳 野菜ジュース	23 月	鮭の炊き込みごはん ぎせい豆腐 トマトとオクラのあえ物 わかめと麩のすまし汁 さくらんぼ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／有塩バター／調合油／きびざとう／焼きふ(板ふ)／かたくり粉／上白糖	牛乳／しるさけ／油揚げ／かつお加工品(かつお節)／鶏若鶏肉ひき肉／木綿豆腐／卵／わかめ／ながこんぶ(煮干し)／かつお加工品(削り節)／きな粉(大豆)	ほんしめじ／にんじん／さやえんどう／生しいたけ(菌床栽培、生)／トマト／オクラ／ねぎ／さくらんぼ(国産)	わらび餅 牛乳 野菜ジュース
7 土	なすのミートスパゲッティ カリフラワーサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲッティ／有塩バター／調合油／きびざとう／じゃがいも／ケーキドーナツ	豆乳／豚ひき肉／粉チーズ／ロースハム／牛乳	玉葱／なす／トマト缶詰(ホール)／カリフラワー／ブロッコリー／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／バナナ	ドーナツ 牛乳 豆乳	24 火	コッペパン 鶏肉のチーズ焼き コーンサラダ レタスとベーコンのスープ バナナ	コッペパン(市販品)／薄力粉／調合油／マヨネーズ(全卵型)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)	鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／ピザ用チーズ／ベーコン／牛乳	野菜ジュース／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／にんじん／玉葱／レタス／バナナ／えだまめ	野菜ジュース
9 月	鮭の炊き込みごはん ぎせい豆腐 トマトとオクラのあえ物 わかめと麩のすまし汁 さくらんぼ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／有塩バター／調合油／きびざとう／焼きふ(板ふ)／かたくり粉／上白糖	牛乳／しるさけ／油揚げ／かつお加工品(かつお節)／鶏若鶏肉ひき肉／木綿豆腐／卵／わかめ／ながこんぶ(煮干し)／かつお加工品(削り節)／きな粉(大豆)	ほんしめじ／にんじん／さやえんどう／生しいたけ(菌床栽培、生)／トマト／オクラ／ねぎ／さくらんぼ(国産)	わらび餅 牛乳 野菜ジュース	25 水	ごはん 揚げさわらのねぎソース 冬瓜と鶏肉の煮物 卵とにらの味噌汁 すいか	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／調合油／きびざとう／食パン(市販品)／ソフトタイプマーガリン／黒ごま(いり)	牛乳／さわら／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／卵／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)	ねぎ／とうが／にんじん／干し椎茸／グリーンピース(冷凍)／にら／すいか	ごまトースト 牛乳 野菜ジュース
10 火	コッペパン 鶏肉のチーズ焼き コーンサラダ レタスとベーコンのスープ バナナ	コッペパン(市販品)／薄力粉／調合油／マヨネーズ(全卵型)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)	鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／ピザ用チーズ／ベーコン／牛乳	野菜ジュース／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／にんじん／玉葱／レタス／バナナ／えだまめ	野菜ジュース	26 木	南瓜とひき肉のカレー もやしのサラダ 野菜スープ バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／ごま油／じゃがいも／蒸しパンミック／ミルクチョコレート	豚ひき肉／油揚げ／牛乳	野菜ジュース／にんにく(りん茎)／しょうが／玉葱／日本かぼちゃ／にんじん／大根(福神漬)／グリーンピース(冷凍)／りょくとうもやし／きゅうり／キャベツ／セロリー／パセリ／バナナ	ココア蒸しパン 牛乳 野菜ジュース
11 水	ごはん 揚げさわらのねぎソース 冬瓜と鶏肉の煮物 卵とにらの味噌汁 すいか	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／調合油／きびざとう／食パン(市販品)／ソフトタイプマーガリン／黒ごま(いり)	牛乳／さわら／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／卵／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)	ねぎ／とうが／にんじん／干し椎茸／グリーンピース(冷凍)／にら／すいか	ごまトースト 牛乳 野菜ジュース	27 金	黒米入りごはん 酢豚 小松菜のお浸し ちんげん菜の味噌汁 メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／ブレミックス粉(おやつ用)／メープルシロップ／有塩バター	牛乳／豚中型種モモ(脂肪なし)／身付き)／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／卵	しょうが／にんじん／玉葱／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン／こまつな／チンゲンツァイ／メロン(温室)／野菜ジュース	野菜ジュースホットケーキ 牛乳 野菜ジュース
12 木	南瓜とひき肉のカレー もやしのサラダ 野菜スープ バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／ごま油／じゃがいも／蒸しパンミック／ミルクチョコレート	豚ひき肉／油揚げ／牛乳	野菜ジュース／にんにく(りん茎)／しょうが／玉葱／日本かぼちゃ／にんじん／大根(福神漬)／グリーンピース(冷凍)／りょくとうもやし／きゅうり／キャベツ／セロリー／パセリ／バナナ	ココア蒸しパン 牛乳 野菜ジュース	28 土	ツナとジャムのサンド 大根サラダ(卵) ジャーマンスープ バナナ	食パン(市販品)／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／調合油／ごま油／白ごま(いり)／じゃがいも／カステラ	豆乳／まぐろ缶詰(油漬フルークライト)／卵／ベーコン／牛乳	いちごジャム(低糖度)／だいこん／キャベツ／きゅうり／にんじん／玉葱／ほうれんそう／バナナ	カステラ 牛乳 豆乳
13 金	黒米入りごはん 酢豚 小松菜のお浸し ちんげん菜の味噌汁 メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／ブレミックス粉(おやつ用)／メープルシロップ／有塩バター	牛乳／豚中型種モモ(脂肪なし)／身付き)／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／卵	しょうが／にんじん／玉葱／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン／こまつな／チンゲンツァイ／メロン(温室)／野菜ジュース	野菜ジュースホットケーキ 牛乳 野菜ジュース	30 月	ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 刻み昆布の煮つけ 大根とえのきの味噌汁 すいか	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／ごま油／きびざとう／調合油／パイ皮	豚中型種モモ(脂肪なし)／刻み昆布／油揚げ／わかめ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／牛乳	しょうが／にんにく(りん茎)／玉葱／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン／こまつな／チンゲンツァイ／メロン(温室)／野菜ジュース	いちごのジャムパイ 牛乳 野菜ジュース
14 土	ツナとジャムのサンド 大根サラダ(卵) ジャーマンスープ バナナ	食パン(市販品)／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／調合油／ごま油／白ごま(いり)／じゃがいも／カステラ	豆乳／まぐろ缶詰(油漬フルークライト)／卵／ベーコン／牛乳	いちごジャム(低糖度)／だいこん／キャベツ／きゅうり／にんじん／玉葱／ほうれんそう／バナナ	カステラ 牛乳 豆乳	31 火	コッペパン ハンバーグ トマトソース 五目サラダ ピシソワーズ バナナ	コッペパン(市販品)／パン粉(生)／調合油／有塩バター／薄力粉／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも	牛乳／豚ひき肉／卵／ロースハム／クリーム(植物性脂肪)	玉葱／にんじん／にんにく(りん茎)／トマト缶詰(ホール)／さやいんげん／キャベツ／きゅうり／パセリ／バナナ／とうもろこし	とうもろこし 麦茶 牛乳
17 火	コッペパン ハンバーグ トマトソース 五目サラダ ピシソワーズ バナナ	コッペパン(市販品)／パン粉(生)／調合油／有塩バター／薄力粉／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも	牛乳／豚ひき肉／卵／ロースハム／クリーム(植物性脂肪)	玉葱／にんじん／にんにく(りん茎)／トマト缶詰(ホール)／さやいんげん／キャベツ／きゅうり／パセリ／バナナ／とうもろこし	とうもろこし 麦茶 牛乳						