平成26年7月献立表

		3歳未満児		全 員 共 通								
日	曜	はし スプーン	午前のおやつ 主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名			
1	火		キウイ 牛乳	厚揚げチャンプルー	豚肉 厚揚げ 人参 玉葱 しめじ 小松菜 卵 かまぼこ にんにく 砂糖 醤油 みりん ごま油	キャベツのごま和え	キャベツ 胡瓜 人参 切干大根 ハム ごま 砂糖 醤油	チーズ	ブレッド風クッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 バター プレーンヨーグルト 砂糖 塩		
2	水		オレンジ 牛乳	☆青菜とじゃこの卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 小松菜 ちりめん スキムミルク 砂糖 醤油 油	オクラ納豆	納豆 オクラ 人参 ちりめん ごま 醤油 みりん	ミニマト	カスタードサンド 牛乳	食パン 卵 牛乳 バター		
3	木		ヨーグルト 麦茶	アジフライ	鰯 塩こしょう 薄力粉 卵 パン粉 油 ケチャップ 砂糖 ソース	マセドアンサラダ	じゃが芋 胡瓜 ウインナー 人参 コーン缶 スキムミルク マヨネーズ	キウイ	五平もち 麦茶	米 味噌 砂糖 醤油 油 ごま		
4	金		ちりめん 牛乳	ひじき入りかに玉	カニ缶 卵 カニカマ 玉葱 人参 干し椎茸 ひじき いんげん 鶏ガラスープの素 砂糖 醤油 片栗粉	春雨の中華和え	春雨 胡瓜 人参 ハム コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	オレンジ	かぼちゃようかん 牛乳	南瓜 粉寒天 砂糖 塩		
5	土		チーズ 牛乳	肉味噌スパゲティ	豚ミンチ 人参 玉葱 もやし グリンピース スパゲティ 醤油 みりん味噌	かき玉汁	玉葱 人参 しめじ 卵 葱 醤油 コンソメ	バナナ	菓子 牛乳	菓子		
7	月		ヨーグルト 麦茶	☆七夕会☆								
8	火		バナナ 牛乳	ポークビーンズ	豚肉 大豆 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 バター	野菜のゆかり和え	キャベツ 人参 胡瓜 ちりめん ゆかり	メロン	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク		
9	水		キウイ 牛乳	鮭の和風ムニエル	鮭 塩こしょう 薄力粉 バター 醤油 みりん	じゃが芋と インゲンのソテー	じゃが芋 いんげん 人参 コンソメ 塩こしょう 油	ミニマト	☆麩のかりんとう 牛乳	麩 黒糖 バター		
10	木		オレンジ 牛乳	かぼちゃのグラタン	合挽肉 南瓜 玉葱 人参 しめじ バター ホワイトソース缶 スキムミルク 粉チーズ パン粉	☆きんぴられんこん	ごぼう れんこん 人参 ピーマン 糸こんにゃく 砂糖 醤油 ごま ごま油	バナナ	きな粉入り黒糖蒸しパン 牛乳	きな粉 黒糖 薄力粉 ベーキングパウダー スキムミルク 塩 黒ごま		
11	金		ちりめん 牛乳	☆鶏肉と大豆の煮物	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 厚揚げ 干し椎茸 こんにゃく 里芋 いんげん 砂糖 醤油	ちくわの甘酢和え	ちくわ 胡瓜 人参 コーン缶 葱 生姜 ごま 砂糖 酢 薄口醤油	キウイ	☆コーンフレークケーキ 牛乳	マシュマロ コーンフレーク バター		
12	土		バナナ 牛乳	五目ビーフン	豚肉 エビ 玉葱 人参 キャベツ 葱 ビーフン 鶏ガラスープの素 醤油 ごま油	中華スープ	人参 もやし 春雨 青梗菜 卵 鶏ガラスープの素 醤油 ごま油	チーズ	菓子 牛乳	菓子		
14	月		オレンジ 牛乳	☆れんこんハンバーグ トマトソース	合挽肉 豆腐 レンコン 玉葱 人参 卵 パン粉 塩こしょう しめじ えのき 玉葱 ホールトマト缶 にんにく ケチャップ 砂糖 ソース コンソメ 油 パセリ	ひじきのナムル	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油	バナナ	きなこ棒 牛乳	きな粉 水飴		
15	火		キウイ 牛乳	鯖の味噌煮	鯖 生姜 味噌 みりん 酒 砂糖 醤油 片栗粉	めかぶ納豆	めかぶ 納豆 人参 小松菜 ちりめん 醤油 みりん	ミニマト	じゃこおにぎり 麦茶	米 ちりめん 人参 油 ごま 醤油		
16	水		ヨーグルト 麦茶	夏野菜カレー	牛肉 ナス 玉葱 人参 ピーマン 南瓜 カレールウ スキムミルク 油	シーザーサラダ	レタス 胡瓜 人参 ベーコン コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 粉チーズ	キウイ	ココアクッキー 牛乳	小麦粉 ココア ベーキングパウダー バター スキムミルク 砂糖 卵		
17	木		オレンジ 牛乳	牛肉と南瓜の煮物	牛肉 南瓜 玉葱 人参 糸こんにゃく いんげん 干し椎茸 厚揚げ 砂糖 醤油 みりん 油	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 ハム コーン缶 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	バナナ	☆ごませんべい 牛乳	小麦粉 グラニュー糖 卵白 バター 黒ごま 白ごま 塩		
18	金		ちりめん 牛乳	カラフル麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 生姜 にんにく 砂糖 味噌 醤油 ごま油 片栗粉	オクラと人参の おかか和え	オクラ 人参 もやし 胡瓜 削り節 砂糖 醤油 みりん	オレンジ	ミルク餅 麦茶	牛乳 片栗粉 きな粉 砂糖 塩		
19	土		チーズ 牛乳	☆切干大根ときのこ スパゲティ	スパゲティ 鶏ミンチ 玉葱 人参 しめじ エリンギ 切干大根 ピーマン 砂糖 醤油 コンソメ 油	青のりポテト	じゃが芋 青のり 塩 粉チーズ	バナナ	菓子 牛乳	菓子		
22	火		バナナ 牛乳	☆鶏のクリスピー揚げ	鶏肉 にんにく 生姜 醤油 小麦粉 コーンフレーク 油	ちりめんの甘酢和え	ちりめん 胡瓜 人参 キャベツ 砂糖 酢 醤油 ごま	ミニマト	おからのカップケーキ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 砂糖 バター おから レーズン		
23	水		ヨーグルト 麦茶	スペイン風オムレツ	卵 ベーコン 鶏ミンチ 玉葱 人参 じゃが芋 ピーマン スキムミルク コンソメ ケチャップ 油	ネバネバ納豆和え	ちりめん オクラ 納豆 人参 醤油 みりん	キウイ	お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油		
24	木		オレンジ 牛乳	☆魚とごぼうの 落とし揚げ	鯛ミンチ 豆腐 玉葱 人参 ごぼう 葱 生姜 ごま油 砂糖 醤油 卵 油	野菜の昆布じめ	キャベツ 人参 胡瓜 塩昆布	バナナ	☆大豆のカントリークッキー 牛乳	大豆 バター 砂糖 卵 小麦粉 ベーキングパウダー		
25	金		ちりめん 牛乳	炒り豆腐	絞豆腐 鶏肉 エビ 卵 人参 玉葱 キャベツ 干し椎茸 かまぼこ いんげん 砂糖 醤油 油	☆胡瓜とイカの 中華和え	イカ 胡瓜 わかめ 人参 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	オレンジ	チーズの包み揚げ 牛乳	餃子の皮 チーズ 油		
26	土			☆レクリエーション運動会☆								
28	月		バナナ 牛乳	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉 マーマレード 醤油 油	ひじきサラダ	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム スキムミルク マヨネーズ	ミニマト	カルシウムラスク 牛乳	食パン バター 粉チーズ 青のり ごま		
29	火		オレンジ 牛乳	魚の野菜あんかけ	鯖 生姜 玉葱 人参 えのき しめじ ピーマン コンソメ 醤油 みりん 片栗粉 油	カニカマと小松菜のソテー	カニカマ 小松菜 春雨 もやし コンソメ ごま油	キウイ	昆布おにぎり 麦茶	米 塩昆布 削り節 ごま		
30	水		ちりめん 牛乳	☆牛肉の柳川風	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう かまぼこ 葱 えのき 糸こんにゃく 砂糖 醤油 みりん 油	三色ナムル	胡瓜 もやし 小松菜 人参 ごま 砂糖 酢 醤油 ごま油	メロン	ドーナツ 牛乳	ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 粉砂糖		
31	木		ヨーグルト 麦茶	豆腐のカレー煮	豆腐 豚肉 玉葱 人参 えのき しめじ ピーマン 南瓜 いんげん カレールウ スキムミルク 油	☆ごぼうサラダ	ごぼう 胡瓜 人参 ツナ缶 コーン缶 スキムミルク マヨネーズ	オレンジ	ポテトもち 牛乳	じゃが芋 油 片栗粉 醤油 刻み海苔		

★は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります