平成27年

7月献立表

うづらこども園

	13・27 月	14・28 火	1・15・29 水	2・16・30 木	3・17・31 金	4・18 土
昼食	**【胚芽ご飯】** 胚芽米 押麦 **【焼魚】** たちうお　骨なし ホキ 食塩 **【かぼちゃの煮物】** かぼちゃ 砂糖 しょうゆ **【なすの揚げ煮】** なす 三度豆 油 砂糖 しょうゆ **【味噌汁】** 厚揚げ もやし わかめ（乾） キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ 米みそ（淡色辛みそ）	**【なすトマトスパゲッティー】** スパゲティー ベーコン 牛ミンチ 豚ミンチ にんにく たまねぎ にんじん なす ピーマン ホールトマト缶詰 ケチャップ 油 デミグラスソース **【炒めきゅうり】** きゅうり ごま油 **【かき玉スープ】** 絹ごし豆腐 えのきたけ しめじ たまねぎ わかめ（乾） オクラ 卵 片栗粉 だしかつお　食塩	**【パン】** フランスパン **【カレー揚げ】** ちくわ 小麦粉 カレー粉 コンソメ 油 **【ゴーヤ焼きそば】** 中華そば 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ もやし にら キャベツ にがうり・ゴーヤ 油　食塩 ウスターソース 卵 **【レタススープ】** ベーコン 絹ごし豆腐 オクラ レタス たまねぎ コンソメ　食塩	**【鶏丼】** 胚芽米 押麦 鶏もも肉 キャベツ ねぎ にんにく しょうが しょうゆ 砂糖 酢 片栗粉 **【胡瓜の酢の物】** きゅうり にんじん わかめ（乾） ちりめんじゃこ 砂糖 酢 **【きのこ汁】** なめこ えのきたけ しめじ 油揚げ 絹ごし豆腐 青菜 米みそ（淡色辛みそ）	**【胚芽ご飯】** 胚芽米 押麦 **【いわしのかば焼き】** いわし開き 片栗粉　油 砂糖　しょうゆ **【筑前煮】** 鶏もも肉 ごぼう れんこん にんじん さといも だいこん だいず（乾） 三度豆 板こんにゃく 砂糖　しょうゆ　ごま油 **【梅肉和え】** キャベツ　きゅうり 梅肉（びんづめ） **【味噌汁】** 油揚げ かぼちゃ わかめ（乾） たまねぎ　ねぎ 米みそ（淡色辛みそ）	**【ラーメン】** 中華麺（干） 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ コーン（冷凍） もやし ねぎ 食塩 コンソメ しょうゆ にんにく しょうが ごま油 **【切干大根の胡麻酢和え】** 切り干しだいこん にんじん きくらげ むきえだまめ（冷凍） ハム 卵 みつば ごま 砂糖 酢
午後おやつ	**【牛乳100】** 牛乳 **【冷しミルクぜんざい】** あずき（乾） 砂糖 牛乳 白玉粉 絹ごし豆腐 アガー	**【牛乳100】** 牛乳 **【枝豆　とうもろこし】** えだまめ とうもろこし **【チーズ】** チーズ	**【牛乳100】** 牛乳 **【豆乳抹茶ゼリー】 1日** 豆乳　抹茶　砂糖 アガー **【かぼちゃゼリー】 15・29日** かぼちゃ　砂糖　アガー 牛乳　生クリーム **【ビスケット】** ビスケット	**【牛乳100】** 牛乳 **【揚げパン】** コッペパン 油 きな粉 きび砂糖 **【トマト】** プチトマト	**【牛乳100】** 牛乳 **【フルーツヨーグルト】** ヨーグルト(無糖) バナナ みかん缶 もも缶 パイン缶 レーズン にんじん　砂糖	**【牛乳100】** 牛乳 **【ふりかけおにぎり】** 胚芽米　かつお　こんぶ 砂糖　しょうゆ **【きんぴら】** ごぼう　にんじん　ごま 砂糖　しょうゆ　油

	6 月	7・21 火	8・22 水	9・23 木	10・24 金	25 土
昼食	**【わかめご飯】** 胚芽米 押麦 炊き込みわかめ **【南蛮漬】** ホキ 片栗粉　油 砂糖　酢 **【棒々鶏風サラダ】** 鶏ささ身 キャベツ にんじん きゅうり もやし きくらげ ねりごま　ごま しょうゆ　みりん **【味噌汁】** 油揚げ たまねぎ かぼちゃ ねぎ 米みそ(淡色辛みそ)	**【七夕そうめん】7日** 干しそうめん　卵 かにかまぼこ　にんじん きゅうり　オクラ かつお節　しょうゆ　食塩 **【サラダうどん】21日** 干しうどん かにかまぼこ　ハム レタス　きゅうり プチトマト　わかめ コーン(冷凍)　なす マヨネーズ めんつゆ **【揚げ餃子】** ぎょうざ(冷凍)　油 **【煮豆】** 金時豆 砂糖 しょうゆ **【果物】** オレンジ	**【パン・食パン】** 食パン **【チキンカツ】** 鶏もも肉 小麦粉　パン粉　油 **【アスパラサラダ】** キャベツ にんじん きゅうり コーン(冷凍) グリーンアスパラガス セロリー かにかまぼこ ごま　酢　砂糖　食塩 **【野菜スープ】** こまつな わかめ(乾) にんじん たまねぎ もやし しめじ はるさめ ちくわ 食塩　コンソメ	**【胚芽ご飯】** 胚芽米 押麦 **【鯖のケチャップ煮】** 鯖フィーレ ピーマン 片栗粉 油 ケチャップ ウスターソース **【ナムル】** もやし にんじん 青菜 ぜんまい ごま油 しょうゆ **【味噌汁】** たまねぎ じゃがいも カットわかめ 油揚げ 葉ねぎ 米みそ(淡色辛みそ)	**【胚芽ご飯】** 胚芽米 押麦 **【ごま揚げ】** メルルーサ ししとうがらし 小麦粉 ごま　黒ごま　油 **【ひじきの煮物】** 乾燥ひじき にんじん じゃがいも 油揚げ だいず(乾) むきえだまめ(冷凍) 砂糖　しょうゆ **【豚汁】** 豚肉(ばら) にんじん　だいこん ごぼう　さといも もやし 板こんにゃく ねぎ 米みそ(淡色辛みそ)	**【麻婆丼】** 胚芽米 押麦 牛ミンチ 豚ミンチ しょうが にんにく にら　ねぎ 木綿豆腐 なす　にんじん たまねぎ 米みそ(淡色辛みそ) ケチャップ しょうゆ コンソメ 片栗粉 ごま油 オイスターソース **【味噌汁】** 油揚げ キャベツ たまねぎ もやし わかめ(乾) 米みそ(淡色辛みそ)
午後おやつ	**【牛乳100】** 牛乳 **【じゃが芋もち】** じゃがいも 片栗粉 おから マヨネーズ チーズ **【小魚】** いわし(煮干し)	**【牛乳100】** 牛乳 **【ツナマヨ海苔巻き】** 胚芽米 押麦 ツナ油漬缶 しょうゆ マヨネーズ 焼きのり	**【牛乳100】** 牛乳 **【冷麺】** 中華麺(干) ハム　卵 きゅうり　トマト 酢　砂糖　しょうゆ ごま油	**【ジュエリーミルク】** 牛乳 野菜ジュース　茶 みかん果汁 ぶどう果汁 パイナップル果汁 キウイ果汁 アガー **【クラッカー】** クラッカー	**【牛乳100】** 牛乳 **【お好み焼き】** 小麦粉　卵 豚肉(ばら) ねぎ　にら　もやし キャベツ　オクラ モロヘイヤ 干しえび　おから お好みソース　天かす	**【牛乳100】** 牛乳 **【お菓子】** 塩せんべい

※諸般の都合により献立、材料等、変更することがあります。ご了承下さい。

※玄関に給食、おやつ(5才児の量)を展示しております。ご覧下さい。