

令和4年7月

後期食献立表

原町みゆき保育園

※都合により献立変更する場合があります。

日にち	昼食	おやつ	日にち	昼食	おやつ
1(金)	ぶどうパン スープ(トマト、ズッキーニ、エリンギ) タンドリーポーク(豚ロース肉、玉葱、にんにく ヨーグルト、カレー粉、ケチャップ、白ワイン) チーズサラダ(レタス、胡瓜、人参、QBBチーズ 粉チーズ)フレンチ グレープフルーツ	青のり軟飯 (青のり、鰹節)	17(日)	冷やしわかめうどん(うどん、ささみ、わかめ、葱 人参) じゃが芋のつや煮(じゃが芋) バナナ	エッグケアトースト (食パン、エッグケア 刻みのり)
2(土)	チキンピラフ(軟飯)(鶏肉、玉葱、人参、ピーマン バター) スープ(切干大根、水菜、ウインナー) コーンサラダ(キャベツ、コーン、春雨)エッグケア バナナ	キャロットケーキ (小麦粉、バター、卵 人参 ベーキングパウダー)	19(火)	軟飯 スープ(しめじ、ブロッコリー、人参) 鮭の葱みそ焼き(鮭、葱、みそ) ひじきの煮物(切干大根、人参、水煮大豆、ひじき 油揚げ) グレープフルーツ	みたらしまカロニ (マカロニ、片栗粉)
4(月)	冷やし肉みそうどん(うどん、豚挽肉、葱、人参 椎茸、筍、胡瓜、生姜、片栗粉、みそ) キャベツの和風サラダ(キャベツ、人参、ちくわ)和風 バナナ	いなり軟飯 (鶏肉、油揚げ、ひじき 人参、干し椎茸 たくあん)	20(水)	鶏挽肉ときのこのスパゲティ(スパゲティ、鶏挽肉 小松菜、エリンギ、舞茸、玉葱、人参、にんにく) アスパラのポテトサラダ(じゃが芋、アスパラ、人参 コーン)フレンチ バナナ	ピラフ(軟飯) (人参、玉葱、ピーマン 黄パプリカ バター、オリーブ油)
5(火)	軟飯 スープ(南瓜、玉葱、ごぼう) 鶏肉の照焼き(鶏肉、片栗粉) 貝柱と春雨のサラダ(レタス、貝柱、胡瓜、春雨) エッグケア オレンジ	メロンパン風トースト (食パン、バター、卵 グラニュー糖、小麦粉)	21(木)	夏野菜カレーライス(軟飯)(豚肉、玉葱、トマト ズッキーニ、茄子、赤パプリカ、黄パプリカ、にんにく 生姜、カレールウ、小麦粉、バター、ケチャップ、牛乳) かぶの酢の物(かぶ、かぶの葉、わかめ) バナナ	レモンケーキ (小麦粉、バター、卵 ベーキングパウダー レモン)
6(水)	黒糖パン スープ(白菜、人参、しめじ) 白身魚のチーズパン粉焼き(カレイ、卵、小麦粉 粉チーズ、パン粉、ケチャップ) みかんサラダ(キャベツ、胡瓜、みかん)フレンチ バナナ	汁ビーフン (ビーフン、鶏肉、玉葱 小松菜、人参、もやし 干し椎茸、生姜)	22(金)	軟飯 みそ汁(油揚げ、ほうれん草、ごぼう) 南瓜入りハンバーグ(豚挽肉、パン粉、卵、玉葱 南瓜、ケチャップ、白ワイン、中濃ソース) 梅ドレッシングサラダ(キャベツ、人参、胡瓜 梅干し) オレンジ	チーズおじや (とろけるチーズ)
7(木)	七夕ちらし寿司(軟飯)(人参、絹さや、干し椎茸 かんぴょう、桜でんぶ、オクラ、ハム) 清汁(筍、葱、わかめ) ごまみそ和え(チンゲン菜、人参、もやし、しめじ 油揚げ、白ごま、みそ) バナナ	天の川ケーキ (小麦粉、牛乳、豆腐 ココア、粉糖 ベーキングパウダー スターシュガー)	23(土)	鶏塩丼(軟飯)(鶏肉、玉葱、人参、えのき いんげん、白滝) スープ(貝柱、水菜、葱) 切干大根のパリパリサラダ(切干大根、人参、胡瓜 ひじき、みそ)エッグケア バナナ	スイートポテト (さつま芋、バター 黒ごま)
8(金)	軟飯 みそ汁(茄子、椎茸、豆苗) 豚テキ(豚ロース肉、玉葱、片栗粉、ウスターソース 中濃ソース) 白菜の塩昆布和え(白菜、胡瓜、塩昆布) オレンジ	ツナ軟飯 (人参、万能葱、キャベツ 鰹節、黒ごま、ツナ)	25(月)	あんかけうどん(うどん、豚肉、白菜、もやし、人参 玉葱、絹さや、貝柱、片栗粉) ごぼうサラダ(ごぼう、大根、人参、胡瓜)エッグケア オレンジ	蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 レーズン ベーキングパウダー)
9(土)	茄子のポロネーゼ(スパゲティ、鶏挽肉、玉葱 茄子、にんにく、ケチャップ、ウスターソース 粉チーズ) パプリカサラダ(キャベツ、胡瓜、赤パプリカ)フレンチ バナナ	大根のみそ田楽 (大根、ちくわ、みそ)	26(火)	軟飯 スープ(春雨、チンゲン菜、きくらげ) 鶏肉の甘辛煮(鶏肉、にんにく、生姜) ナムル(小松菜、もやし、人参、ごま油) バナナ	トマトのそうめん (そうめん、ツナ、トマト トマトジュース、大葉)
11(月)	もろこし軟飯(とうもろこし) みそ汁(もやし、厚揚げ、ニラ) 肉じゃが(豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、白滝 グリーンピース) ゆかり和え(大根、胡瓜、ゆかり) グレープフルーツ	ビスケット (小麦粉、強力粉、バター 牛乳、メープルシロップ)	27(水)	わかめ軟飯(炊き込みわかめ) みそ汁(南瓜、玉葱、エリンギ) カレイの煮物(カレイ) オクラサラダ(レタス、オクラ、胡瓜、人参)和風 グレープフルーツ	黒ごま豆乳プリン (豆乳、ゼラチン 黒ねりごま バニラエッセンス)
12(火)	三色丼(軟飯)(鶏挽肉、コーン、ほうれん草) スープ(えのき、葱) おかかサラダ(キャベツ、胡瓜、人参、鰹節、醤油) エッグケア バナナ	みそ軟飯 (みそ、白ごま)	28(木)	食パン 焼豚添え(焼豚、エッグケア) モロヘイヤのスープ(モロヘイヤ、玉葱、トマト、にんにく) アスパラサラダ(キャベツ、アスパラ、赤パプリカ 胡瓜)フレンチ バナナ	なめ茸軟飯 (たくあん、なめ茸)
13(水)	塩うどん(うどん、豚肉、人参、キャベツ、もやし 葱、椎茸、白菜、鶏ガラ、生姜、にんにく、玉葱 干し椎茸、りんご) 金時豆の甘煮(金時豆) メロン	フルーツ豆乳寒天 (寒天、豆乳、みかん バイン、グラニュー糖)	29(金)	だし丼(軟飯)(胡瓜、オクラ、めかぶ、挽き割り納豆 大葉、鰹節) みそ汁(なめこ、葱、豆腐) 焼豚と白菜のごま酢和え(焼豚、白菜、人参 白ごま) グレープフルーツ	コーンフレーク (コーンフレーク、豆乳)
14(木)	ほうれん草パン スープ(コーン、水菜、かぶ) チキンのソテー(鶏肉、にんにく、バター) マカロニサラダ(マカロニ、ハム、キャベツ、人参 ブロッコリー)フレンチ グレープフルーツ	ナシゴレン(軟飯) (豚挽肉、玉葱 にんにく、生姜 ケチャップ オイスターソース)	30(土)	ツナチャーハン(軟飯)(ツナ、もやし、小松菜、人参 にんにく、生姜、ごま油) スープ(セロリ、玉葱) トマトサラダ(レタス、トマト、胡瓜)和風 バナナ	カップピザまん (小麦粉、牛乳、ハム、玉葱 コーン、人参、ケチャップ とろけるチーズ ベーキングパウダー)
15(金)	軟飯 みそ汁(葱、大根、舞茸) カジキの玉葱ソースがけ(カジキ、玉葱、りんご 片栗粉) 小松菜の煮浸し(小松菜、もやし、しめじ、人参 油揚げ) オレンジ	利休まんじゅう (小麦粉、黒糖、重曹 小豆)			