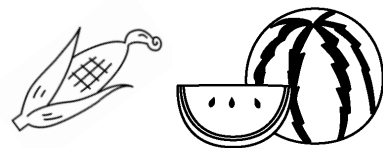


7月給食予定表



＜あか・き・みどりのたべものだいすき＞

2019. 7. 1 子供の国保育園

日曜	3才以上児食・未満児食		3歳未満児	きいろの食品	あかの食品	みどりの食品
	主食・主菜・副菜	3時・土曜間食	10時間食	力がでる食べ物	おおきくなる食べ物	からだの調子を整える食べ物
1月	ご飯 鮭のトマトホイル焼き ポテトサラダ 星の子スープ	牛乳 きな粉トースト	ヨーグルト	米、食パン じゃがいも	牛乳、さけ、卵 ハム、きな粉	きゅうり、たまねぎ、オクラ、にんじん えのきたけ、トマト、しめじ
2火	ご飯 夏野菜カレー 福神漬 納豆サラダ ゼリー	アイスクリーム	牛乳 ふかし芋	米	豚肉、納豆、ツナ	たまねぎ、かぼちゃ、キャベツ にんじん、きゅうり、ピーマン、なす ほうれんそう、にんにく、しょうが
3水	ご飯 鶏のかりん揚げ キャベツのゆかり和え ちくわのすまし汁	牛乳 ホットケーキ	牛乳 バナナ	米、片栗粉、ごま ホットケーキ粉	牛乳、鶏肉 ちくわ、卵	たまねぎ、キャベツ、きゅうり えのきたけ、ほうれんそう ねぎ、にんじん、しょうが
4木	ご飯 鯖のさっぱり煮 高野豆腐の卵とし なすのみそ汁	牛乳 豆乳プリン	牛乳 りんご	米	豆乳、牛乳、さば、卵 油揚げ、高野豆腐	なす、にんじん、たまねぎ、しょうが グリーンピース、干しいたけ、にんにく
5金	七夕そうめん 揚げ出し豆腐 かぼちゃサラダ ゼリー	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	そうめん 片栗粉	牛乳、豆腐、卵、ツナ	かぼちゃ、だいこん、きゅうり ミニトマト、にんじん、オクラ、ねぎ
6土		牛乳 ビスケット				
8月	ご飯 煮魚 わかめのみそ汁 胡瓜とさきいかの和え物	牛乳 チーズトースト	ヨーグルト	米、食パン、ごま	牛乳、さば、さきいか	たまねぎ、きゅうり、にんじん しょうが、わかめ
9火	ご飯 鶏のから揚げ らっきょうサラダ なめこ汁	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 ふかし芋	米、小麦粉	牛乳、鶏肉、豆腐、卵	たまねぎ、きゅうり、なめこ らっきょう、ねぎ、にんじん 切り干しだいこん、にんにく、しょうが
10水	ご飯 チンジャオロース 中華サラダ 春雨スープ	牛乳 芋けんぴ	牛乳 バナナ	米、さつまいも ごま、はるさめ	牛乳、牛肉 豆腐、ハム	ピーマン、たけのこ、きゅうり もやし、ほうれんそう、ねぎ、にんじん
11木	アンパンマンカレーピラフ ゼリー スパゲティーサラダ 豆乳スープ	アイスクリーム	牛乳 りんご	米、スパゲティー	牛乳、豆乳、豚肉 卵、ハム、ウインナー	たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり キャベツ、ブロッコリー、にんじん ミニトマト、りんご、干しぶどう
12金	ご飯 鱈フライのタルタルソースかけ 夏やさいマリネ コーンスープ	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	米、小麦粉 パン粉	牛乳、あじ、卵	クリームコーン、なす、たまねぎ コーン、赤ピーマン、黄ピーマン きゅうり、らっきょう、パセリ
13土		牛乳 ビスケット				
16火	ご飯 白身魚のりんごソースかけ げんきサラダ かぼちゃスープ	牛乳 食パンマンラスク	ヨーグルト	米、食パン 片栗粉	牛乳、あこうだい 豆乳、鶏肉 ハム、かつお節	かぼちゃ、たまねぎ、りんご、トマト キャベツ、にんじん、きゅうり しょうが、こんぶ
17水	ご飯 鶏ハム ボイル野菜 冬瓜カレースープ	牛乳 白玉団子	牛乳 ふかし芋	米、じゃがいも 白玉粉	牛乳、鶏肉 豚肉、きな粉	にんじん、ブロッコリー とうがん、たまねぎ
18木	ご飯 変わりカツ ネバネバサラダ ミネストローネ	牛乳 かぼちゃプリン	牛乳 りんご	米、小麦粉 パン粉	豆乳、牛乳、ちくわ ベーコン、納豆、大豆	たまねぎ、かぼちゃ、トマト ほうれんそう、にんじん なめたけ、きゅうり、オクラ、セロリ
19金	カリコリご飯 親子汁 新じゃがいもの炒め煮 ゼリー	ヨーグルト	バナナヨーグルト	米、じゃがいも ごま、片栗粉	牛乳、鶏肉、豚肉 卵、しらす、かまぼこ	たまねぎ、にんじん ねぎ、いんげん
20土		牛乳 ビスケット				
22月	ご飯 鯖のカレームニエル らっきょうサラダ 豆腐スープ	牛乳 ピザトースト	ヨーグルト	米、食パン 小麦粉	牛乳、さば 豆腐、ベーコン	たまねぎ、きゅうり、ほうれんそう にんじん、らっきょう、ピーマン 切り干しだいこん
23火	生姜ご飯 鶏の塩から揚げ 胡瓜の酢の物 じゃが芋のみそ汁	牛乳 豆乳プリン	牛乳 ふかし芋	米、じゃがいも 片栗粉、小麦粉 ごま	豆乳、牛乳、鶏肉 しらす、きな粉	きゅうり、たまねぎ、にんじん、わかめ ねぎ、さやえんどう、しょうが
24水	ご飯 チーズハンバーグ 豆腐サラダ なめこスープ	牛乳 ポテトもち	牛乳 バナナ	米、じゃがいも 片栗粉、パン粉	牛乳、豚肉、牛肉 豆腐、チーズ、卵	たまねぎ、ブロッコリー、だいこん なめこ、ほうれんそう 赤ピーマン、黄ピーマン
25木	ご飯 ゴーヤチャンプルー カレー粉ふき芋 冬瓜スープ	牛乳 フルーツサンド	牛乳 りんご	米、じゃがいも 食パン、片栗粉	牛乳、豆腐、豚肉、卵 ベーコン、かつお節	とうがん、にんじん 赤ピーマン、ゴーヤ
26金	ご飯 いわしのかば焼き 梅きゅうり かぼちゃのみそ汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	米、片栗粉、ごま	牛乳、いわし	きゅうり、かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ
27土		牛乳 ビスケット				
29月	ご飯 お好み焼き風厚焼き卵 干草和え みそ汁	牛乳 じゃこトースト	ヨーグルト	米、食パン	牛乳、卵、豆腐 ハム、ちくわ しらす、かつお節	たまねぎ、ほうれんそう、えのきたけ キャベツ、にんじん、ねぎ、わかめ
30火	ご飯 竹輪の磯辺揚げ なすとピーマンの鍋しき すまし汁	牛乳 とうもろこし	牛乳 ふかし芋	米、小麦粉	牛乳、ちくわ 豆腐、豚肉、卵	とうもろこし、なす、なめこ たまねぎ、ピーマン、ねぎ、あおのり
31水	プルコギ丼 バンバンジー もずくスープ	牛乳 ウインナーサンド	牛乳 バナナ	米、ごま ロールパン	牛乳、豚肉、豆腐 鶏肉、ウインナー	きゅうり、たまねぎ、にんじん もずく、ごぼう、にら、ねぎ、にんにく

★食材の納品の関係により、献立、食材を変更することがありますのでご了承ください。