

2024年度7月 予定献立表

ののかぜ保育園

	1.29日(月)	2.16.30日(火)	3.17.31日(水)	4.18日(木)	5.19日(金)	6.20日(土)	
食	ごはん 米 40	モロヘイヤごはん 米 40 モロヘイヤ 5 だし、醤油	とうもろこしごはん 米 40 とうもろこし 8 塩	ごはん 米 40	七夕ちらし(5日) 米 40 油揚げ 3 にんじん 7 干し椎茸 1 おくら 3	塩おにぎり 米 40 塩	
	カレー炒め 豚肉 35 長いも 20 玉ねぎ 20 にんじん 7 ピーマン 2 醤油、砂糖 塩、カレー粉	鮭の和風マリネ 鮭 35 パプリカ 2 しめじ 2 柚子皮 砂糖、醤油、酢 だし、片栗粉	にらつくね 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 おから 7 玉ねぎ 20 にんじん 10 えのき 5 にら 3 片栗粉、醤油、砂糖 だし	かれいのみぞれあん かれい 35 大根 20 醤油、砂糖、だし 片栗粉	しそひじき ひじき 1 ゆかり 小松菜 醤油、砂糖、だし	鶏のから揚げ 鶏もも肉 50 しょうが 0.1 醤油、塩、だし 米粉、油	カレー焼き 鶏もも肉 50 じゃがいも 20 カレー粉、醤油 砂糖、片栗粉、油
	塩昆布あえ フロッコリー 20 にんじん 5 塩昆布 0.2 塩、ごま油、ごま	オープン焼き じゃがいも 30 塩、油	酢の物 もやし 10 きゅうり 10 ハム 2 春雨 1 酢、砂糖、醤油 ごま	ごまあえ 小松菜 5 にんじん 5 ごま 0.3 醤油、砂糖、だし	もみうり きゅうり 20 塩	鶏のから揚げ 鶏もも肉 50 しょうが 0.1 醤油、塩、だし 米粉、油	おかかあえ フロッコリー 20 にんじん 5 鯉節 0.2 醤油、塩
	かぼちゃスープ かぼちゃ 10 玉ねぎ 10 豆乳 10 だし、醤油、塩	けんちん汁 大根 10 にんじん 7 こんにゃく 3 油揚げ 3 ねぎ 2 だし、醤油、塩	味噌汁 キャベツ 5 豆腐 5 みそ、塩、だし	味噌汁 なめこ 8 油揚げ 3 みつ葉 2 みそ、だし	すまし汁 大根 10 にんじん 5 醤油、塩、だし	スープ 大根 10 わかめ 1 だし、醤油、塩	スープ 大根 10 わかめ 1 だし、醤油、塩
	黒糖ういろろ 上新粉 15 片栗粉 3 白玉粉 3 砂糖 3 黒糖 2	お好み焼き 米粉 10 キャベツ 15 にんじん 7 豚ひき肉 7 醤油、だし汁 ソース、青のり 鯉節、マヨドレ	かぼちゃ蒸しパン 米粉 20 かぼちゃ 10 砂糖 5 BP 0.9 豆乳 20 油 0.5	もちもちボール じゃがいも 30 白玉粉 4 片栗粉 4 あおさ 0.1 ベーコン 2 塩 0.1 水 12	七夕ゼリー(5日) オレンジジュース 20 もも缶 5 みかん缶 5 パイナップル 5 砂糖 2 寒天 0.2 レモン汁	黒ゴマおしパン 米粉 20 黒ゴマ 1 砂糖 5 BP 1 油 0.5 豆乳 25	
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25

	8.22日(月)	9.23日(火)	10.24日(水)	11.25日(木)	12.26日(金)	13.27日(土)	
食	ごはん 米 45	ごはん 米 40	梅ごはん 米 45 梅干し	ごはん 米 40	カレーライス 米 50 豚肉 35 玉ねぎ 30 にんじん 20 じゃがいも 20 カレー粉、塩 ケチャップ、米粉 みそ、砂糖、醤油	チャーハン 米 50 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20 にんじん 10 ねぎ 3 にら 3 醤油、塩	
	マーボーなす 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 なす 30 にんじん 5 ねぎ 2 しょうが 0.2 みそ、醤油、砂糖 片栗粉、だし	かじきのトマトソース かじき 35 玉ねぎ 5 なす 5 ズッキーニ 5 ベーコン 2 トマト缶 7 塩、砂糖、油	あじのかば焼き あじ 35 醤油、砂糖、米粉 油、だし	ユースリチー 鶏もも肉 50 ねぎ 2 米粉、油、だし 醤油、砂糖、酢	おかかあえ オクラ 10 キャベツ 10 にんじん 5 鯉節 醤油、だし	さっぱりあえ トマト 20 大葉 0.2 しらす 1 醤油、砂糖、だし	もみうり きゅうり 30 塩
	オープン焼き かぼちゃ 30 塩、油	ポテトサラダ じゃがいも 20 にんじん 7 きゅうり 7 枝豆 3 ツナ 3 とうもろこし 3 マヨドレ、塩	冬瓜汁 鶏もも肉 7 冬瓜 15 にんじん 8 しいたけ 3 ねぎ 2 しょうが だし、塩、醤油 片栗粉	味噌汁 なす 10 玉ねぎ 5 長いも 7 わかめ 1 みそ、塩、だし	スープ とうもろこし 5 醤油、塩、だし	スープ なめこ 7 わかめ 1 醤油、塩	スープ なめこ 7 わかめ 1 醤油、塩
	すまし汁 ほうれん草 5 えのき 5 しめじ 2 醤油、塩、だし	スープ 豆腐 7 もやし 5 にら 2 醤油、塩、だし	味噌汁 キャベツ 5 豆腐 5 みそ、塩、だし				
	黒糖わらびもち わらびもち粉 15 黒糖 2 砂糖 5 きなこ 2	和風ツナおにぎり 米 30 ツナ 3 醤油 だし マヨドレ のり、塩	ココア蒸しパン 米粉 20 ココア 1 砂糖 1 BP 5 油 0.5 豆乳 25	フライドポテト じゃがいも 60 油 塩、青のり	すんだもち 上新粉 10 白玉粉 10 豆腐 10 砂糖 4 枝豆 7 砂糖 3 塩	きなこ蒸しパン 米粉 20 砂糖 5 BP 1 油 0.5 豆乳 25 きなこ 1	
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25

※仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。