

7月の献立表

阿佐谷保育園 1歳

午前、午後に牛乳がつかます。ヨーグルト、クリーム煮のときは麦茶になります。

2016年度

午前食

午後食

1 15 29 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 味噌煮込みうどん (乾麺、玉葱、人参、大根、しめじ、青菜、じゃが芋、豆腐、豚挽肉、なたね油、米粉、だし、砂糖、塩、味噌) ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 米飯お好み焼き (米、麦、キャベツ、人参、豚挽肉、しらす、胡麻油、小麦粉、だし、塩、ソース) オクラのおかか和え (オクラ、かつお節、だし、砂糖、醤油) 果物
2 16 30 (土)	<ul style="list-style-type: none"> 土曜献立 	<ul style="list-style-type: none"> 土曜献立
4 (月)	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 ・味噌汁 (玉葱、じゃが芋、わかめ、煮干し、味噌) 魚の蒲焼き (魚、小麦粉、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油、酒) キャベツと人参のささみ和え (人参、キャベツ、青菜、コーン、ささみ、だし、塩、醤油、酒、みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> カレーうどん (乾麺、玉葱、人参、大根、しめじ、アスパラガス、鶏もも肉、バター、なたね油、小麦粉、だし、砂糖、塩、醤油、カレー粉) 果物
5 19 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 豆乳クリームライス (米、麦、玉葱、人参、グリーンピース、マッシュルーム、じゃが芋、鶏挽肉、バター、豆乳、小麦粉、だし、塩、トマトケチャップ) アスパラガスのサラダ (アスパラガス、ハム、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢) 	<ul style="list-style-type: none"> 枝豆と魚のおにぎり (米、麦、枝豆、魚、昆布、塩) 茹でとうもろこし ミニトマト 果物
6 20 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 納豆ご飯 (米、麦、納豆、人参、オクラ、だし、醤油) 味噌汁 (キャベツ、人参、煮干し、味噌) 鶏肉の酢醤油煮 (玉葱、かぶ、隠元、じゃが芋、鶏もも肉、なたね油、だし、砂糖、醤油、酒、米酢) 	<ul style="list-style-type: none"> 酵母食パン 南瓜のポターージュ (玉葱、人参、南瓜、マッシュルーム、豚挽肉、牛乳、バター、だし、塩) 麦茶 果物
7 21 (木)	<ul style="list-style-type: none"> 酵母食パン ・スープ (キャベツ、しめじ、だし、塩、醤油) チリコンカン (玉葱、セロリ、にんにく、トマト缶、金時豆、豚挽肉、ベーコン、オリーブ油、塩、ケチャップ) マセドアンサラダ (人参、胡瓜、じゃが芋、塩、酢、ノンエッグマヨネーズ) 	<ul style="list-style-type: none"> 茶飯おにぎり (米、麦、醤油、酒、わかめ) (7日 七夕献立) 七夕スープ (寒麺、オクラ、とうもろこし、トマト、干し椎茸、ハム、昆布、だし、塩、醤油、みりん) 蒸し南瓜 果物
8 22 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 煮込みうどん (乾麺、玉葱、長葱、人参、大根、しめじ、青菜、じゃが芋、豆腐、鶏もも肉、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油) ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 切り干し大根おにぎり (21日) (米、麦、切干大根、油揚げ、だし、砂糖、塩、醤油) 蒸し南瓜 果物
9 23 (土)	<ul style="list-style-type: none"> 土曜献立 	<ul style="list-style-type: none"> 土曜献立
11 25 (月)	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 すまし汁 (キャベツ、わかめ、昆布、だし、塩、醤油) 魚の味噌焼き (魚、小葱、砂糖、味噌、酒、みりん) 根菜の煮物 (玉葱、人参、しめじ、じゃが芋、隠元、なたね油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油) 	<ul style="list-style-type: none"> ミルクトースト (酵母食パン、牛乳、バター、砂糖) ミネストローネ (玉葱、人参、かぶ、ブロッコリー、トマト缶、じゃが芋、ベーコン、なたね油、小麦粉、だし、砂糖、塩、酒) 果物
12 26 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 酵母食パン ・ミニトマト クリームシチュー (玉葱、人参、かぶ、キャベツ、えのき茸、ブロッコリー、じゃが芋、鶏もも肉、牛乳、バター、なたね油、小麦粉、だし、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> しらすおにぎり (米、麦、しらす、白すり胡麻、昆布、塩) じゃが芋の味噌和え (じゃが芋、だし、砂糖、味噌、みりん) 果物
13 27 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 麻婆茄子 (玉葱、長葱、人参、茄子、にんにく、生姜、青菜、じゃが芋、豚挽肉、胡麻油、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油、味噌) 胡瓜と大根のサラダ (胡瓜、大根、ハム、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢) 	<ul style="list-style-type: none"> ツナおやき (じゃが芋、ツナ缶、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、なたね油、砂糖、味噌) じゃが芋のポターージュ (玉葱、人参、じゃが芋、ベーコン、牛乳、バター、米粉、だし、塩) 麦茶 果物
14 28 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ハヤシライス (米、麦、玉葱、人参、セロリ、にんにく、生姜、マッシュルーム、アスパラガス、じゃが芋、鶏もも肉、バター、なたね油、小麦粉、だし、塩、トマトケチャップ、中濃ソース) 南瓜の胡麻和え (南瓜、練り胡麻、白すり胡麻、だし、砂糖、醤油、塩、みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> ひじきと挽肉のおにぎり (米、麦、ひじき、青菜、豚挽肉、昆布、砂糖、醤油) 人参の煮物 (人参、だし、砂糖、醤油) 果物

※材料の都合により献立を変更することがありますのであらかじめご了承下さい。

今月の旬の食材

アスパラガス、隠元、枝豆、オクラ、南瓜、胡瓜、とうもろこし、トマト、茄子、ピーマン、スッキーニ