

平成29年度

7月 献立表

阿佐谷保育園

日	曜	昼食	3時のおやつ
1	土	チキンライス 野菜スープ ゆでとうもろこし 果物 牛乳	土曜献立
2	日		
3	月	ご飯 大根としめじの味噌汁 鶏照り焼き 隠元の胡麻和え 春雨のオイスター炒め 牛乳	コーンフレークとパンのおこし 酢ごぼう 果物 牛乳
4	火	パン シチュー きゅうりとコーンのサラダ プチトマト 麦茶	わかめおにぎり 煮豆 果物 牛乳
5	水	マーボー豆腐丼 大根サラダ 果物 牛乳	カレーパン 果物 牛乳
6	木	七夕素麺 鶏と南瓜の天ぷら フルーツ羹 麦茶	タコライス 果物 牛乳
7	金	モロヘイヤごはん じゃが芋とわかめの味噌汁 いわしの梅干し煮 牛蒡と人参金平 塩もみきゅうり 麦茶	オレンジケーキ 果物 牛乳
8	土	ハヤシライス ズッキーニとベーコンのソテー クリームポテト 果物 牛乳	土曜献立
9	日		
10	月	焼き肉丼 小松菜のナムル 大豆と昆布の煮豆 麦茶	フレンチトースト 果物 牛乳
11	火	パン 野菜スープ 照り焼きハンバーグ マカロニサラダ 牛乳	フライドポテト 枝豆 果物 牛乳
12	水	ご飯 どさんこスープ 魚胡麻焼き 切干大根煮 南瓜の揚げ浸し 牛乳	しらすトースト プチトマト 果物 牛乳
13	木	ご飯 麩の味噌汁 五目卵焼き わかめとピーマンの炒り煮 牛ごぼう煮 麦茶	揚げパン きゅうりのゆかり漬け 果物 牛乳
14	金	ナポリタン 大根わかめサラダ フルーツ羹 牛乳	鮭おにぎり 果物 牛乳
15	土	サンドイッチ 野菜スープ 青のりポテト 果物 牛乳	土曜献立
16	日		
17	月	海の日	
18	火	夏野菜のチキンカレー ごぼうサラダ ヨーグルト 麦茶	プーリー 煮豆 果物 牛乳
19	水	ご飯 じゃが芋と玉葱の味噌汁 豆腐ハンバーグ ひじきの炒り煮 オクラの切りごま和え 牛乳	蜂蜜バターパン プチトマト 果物 牛乳
20	木	ご飯 にらと豆腐の味噌汁 魚の蒲焼 きゃべつのささみ梅和え 白滝と人参の炒り煮 麦茶	チョコチップクッキー 大根煮 果物 牛乳
21	金	冷やしうどん 車麩煮揚げ 塩もみきゅうり プチトマト 牛乳	米飯お好み焼き 果物 牛乳
22	土	トマトリゾット きゅうりサラダ 果物 牛乳	土曜献立
23	日		
24	月	ご飯 キャベツの味噌汁 鶏肉の酢醤油煮 隠元と人参の揚げ浸し 麦茶	カロチンケーキ 大根のじゃこドレッシング和え 果物 牛乳
25	火	ロールパン 野菜スープ チリコンカン 卵サラダマセドアン 牛乳	五目おにぎり 昆布とこんにゃくの煮物 果物 牛乳
26	水	ご飯 わかめと豆腐のすまし汁 魚の味噌焼き 炒めビーフン かぼちゃの甘煮 牛乳	ジャムパン 煮ごぼう 果物 牛乳
27	木	ご飯 冬瓜の味噌汁 鶏のから揚げ ごぼうとこんにゃく煮 小松菜のおかか和え 麦茶	ヨーグルトケーキ 果物 牛乳
28	金	冷やし中華 サモサ ほうれん草サラダ 牛乳	ゆかりおにぎり 生揚げの煮物 果物 牛乳
29	土	パン 野菜スープ マカロニグラタン トマトときゅうりのサラダ 果物 麦茶	土曜献立
30	日		
31	月	納豆ごはん なめこの味噌汁 かぼちゃと鶏肉の揚げ煮 わかめ酢 牛乳	もちもちチーズパン 果物 牛乳

※材料の都合により献立を変更することがありますので、ご了承下さい。