

# 7月の献立表

阿佐谷保育園 0歳①

満1歳から毎食牛乳がつきます。ヨーグルト、牛乳のクリーム煮のときは麦茶になります。

2018年度

午前食

午後食

2 30 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・青菜のスープ (玉葱、青菜、昆布、だし、塩)</li> <li>・夏野菜のラタトゥイユ (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、茄子、南瓜、ピーマン、トマト、ズッキーニ、豚挽肉、なたね油、だし、塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁 (玉葱、人参、昆布、だし、味噌)</li> <li>・鶏肉団子と野菜の煮物 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、ズッキーニ、キャベツ、隠元、鶏挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
3 17 31 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・野菜スープ (人参、キャベツ、しめじ、青菜、なたね油、だし、塩、醤油)</li> <li>・ミートローフ (パン粉、玉葱、牛挽肉、豚挽肉、牛乳、塩)</li> <li>・人参グラッセ (人参、バター、砂糖)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鮭ご飯 (米、塩鮭)</li> <li>・味噌汁 (玉葱、わかめ、昆布、だし、味噌)</li> <li>・南瓜のそぼろあんかけ (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、茄子、ズッキーニ、南瓜、豚挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
4 18 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁 (玉葱、人参、昆布、だし、味噌)</li> <li>・豆腐の野菜あんかけ (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、キャベツ、ズッキーニ、しめじ、隠元、豆腐、鶏挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・人参のスープ (人参、ズッキーニ、昆布、だし、塩)</li> <li>・肉団子と野菜のクリーム煮 (小麦粉、じゃが芋、玉葱、人参、南瓜、キャベツ、青菜、牛乳、豚挽肉、なたね油、だし、塩)</li> <li>・果物</li> </ul>
5 19 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮込みうどん (5日)</li> <li>(乾麺、じゃが芋、玉葱、人参、長葱、大根、しめじ、青菜、豆腐、豚挽肉、なたね油、だし、砂糖、醤油)</li> <li>・ヨーグルト</li> <li>・軟飯</li> <li>・すまし汁 (玉葱、青菜、昆布、だし、塩、醤油) (19日)</li> <li>・魚の照り焼き (魚、生姜、みりん、醤油)</li> <li>・揚げじゃがの味噌和え (じゃが芋、人参、隠元、白すり胡麻、砂糖、味噌)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁 (玉葱、人参、昆布、だし、味噌) (5日)</li> <li>・鶏肉団子と野菜の煮物 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、茄子、南瓜、隠元、鶏挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油)</li> <li>・果物</li> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁 (人参、しめじ、昆布、だし、味噌) (19日)</li> <li>・肉団子と野菜の煮物 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、キャベツ、南瓜、青菜、豚挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩)</li> <li>・果物</li> </ul>
6 20 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・すまし汁</li> <li>・魚の照り焼き (6日)</li> <li>・揚げじゃがの味噌和え</li> <li>・煮込みうどん (20日)</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・肉団子と野菜の煮物</li> <li>・果物 (6日)</li> <li>・セタスープ (素麺、オクラ、とうもろこし、トマト、干し椎茸、ハム、昆布、だし、砂糖、醤油、みりん)</li> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・果物 (20日)</li> <li>・鶏肉団子と野菜の煮物</li> </ul>
7 21 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土曜献立</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土曜献立</li> </ul>
9 23 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁 (大根、しめじ、昆布、だし、味噌)</li> <li>・焼き魚 (魚、塩、醤油)</li> <li>・野菜の煮物 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、ズッキーニ、しめじ、南瓜、隠元、なたね油、だし、砂糖、塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・すまし汁 (長葱、わかめ、昆布、だし、塩、醤油)</li> <li>・肉団子と野菜の味噌煮 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、キャベツ、大根、しめじ、アスパラガス、豚挽肉、なたね油、だし、砂糖、味噌)</li> <li>・果物</li> </ul>
10 24 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食パン</li> <li>・クリームシチュー (小麦粉、じゃが芋、玉葱、人参、マッシュルーム、ズッキーニ、キャベツ、隠元、鶏挽肉、牛乳、なたね油、だし、塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁 (玉葱、わかめ、昆布、だし、味噌)</li> <li>・肉団子と野菜の煮物 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、ズッキーニ、南瓜、青菜、豚挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
11 25 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・中華スープ (じゃが芋、わかめ、胡麻油、昆布、だし、塩、醤油)</li> <li>・麻婆豆腐 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、長葱、青菜、豆腐、豚挽肉、胡麻油、だし、砂糖、醤油、味噌)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁 (人参、青菜、昆布、だし、味噌)</li> <li>・鶏肉団子と野菜の煮物 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、南瓜、しめじ、ズッキーニ、隠元、鶏挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
12 26 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・味噌汁 (人参、オクラ、昆布、だし、味噌)</li> <li>・煮魚 (魚、生姜、砂糖、醤油、酒、みりん)</li> <li>・夏野菜の炒め煮 (片栗粉、玉葱、人参、ズッキーニ、茄子、南瓜、隠元、なたね油、だし、塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・しめじのスープ (玉葱、しめじ、昆布、だし、塩)</li> <li>・南瓜の豆乳クリーム煮 (小麦粉、じゃが芋、玉葱、人参、南瓜、マッシュルーム、アスパラガス、豆乳、鶏挽肉、なたね油、だし、塩)</li> <li>・果物</li> </ul>
13 27 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・味噌煮込みうどん</li> <li>(乾麺、じゃが芋、玉葱、人参、長葱、大根、南瓜、青菜、豆腐、鶏挽肉、なたね油、だし、砂糖、醤油、味噌)</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ひじきご飯 (米、ひじき、昆布)</li> <li>・味噌汁 (玉葱、人参、昆布、だし、味噌)</li> <li>・肉団子と野菜の煮物 (片栗粉、じゃが芋、玉葱、人参、キャベツ、大根、しめじ、アスパラガス、豚挽肉、なたね油、だし、砂糖、塩、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
14 28 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土曜献立</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土曜献立</li> </ul>

※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ください。

## 今月使用している旬の食材

アスパラガス、隠元、ズッキーニ、南瓜、ピーマン、とうもろこし、トマト、茄子、すいか、ぶどう