

保育所 こどもの家(一般)

2023年07月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1
昼食						カレー風味のトマトライス、オレンジ、パスタサラダ(マヨネーズ)
午後						トースト(バターシュガー)
午前	3	4	5	6	7	8
昼食	キッズピピンパ(ごま)、豆腐みそ汁(たまねぎ・おくら)、さつま芋の甘煮	御飯、みそ汁(さといも・えのき)、豆腐のえび風味焼き、きんぴらごぼう(いんげん・ごま)、バナナ	御飯、ふりかけ・じゃこ(ねぎ)、豆乳スープ、ピーマンの細切り炒め、オレンジ	御飯、みそ汁(キャベツ・あげ)、あじの香り焼き、かぼちゃのマリネ、もも缶	御飯、キラキラスープ、ミートローフ(コーン)、星型やさい、ベイクドじゃが、すいか	てりやき野菜丼、りんご、わかめスープ(キャベツ)
午後	野菜もち(にんじん)、スキムミルク	おやつ・チャーハン(ひじき)	ポテトチップ50g	ビーフン(ほしえび)	豆乳かんてん(みかん・キウイ)	さつま芋のごま団子
午前	10	11	12	13	14	15
昼食	トマトごはん(鶏)、じゃがいものスープ煮、焼きししゃも、野菜のナムル(ごま)、バナナ	御飯、さつま芋の煮物(昆布)、キウイフルーツ、豚汁、バンバンジー(にんじん・ごま)	御飯、豆腐みそ汁(ごまつな・にんじん)、さばとかぼちゃの焼きもの、キャベツのピンスラダ	御飯、五目汁、厚揚げと豚肉のみそ煮、おくらの梅和え、りんご	御飯、みそ汁(切干しいんご・にんじん)、かじきの煮つけ、焼き野菜(夏)、オレンジ	豚肉の甘みそ丼、みかん缶、トマトスープ(キャベツ)
午後	かぼちゃのピザ焼き	おやつ(黒(ごま)、ポップコーン(カレー缶))	キャラットケーキ(大豆粉・米粉)、りんごケーキ、スキムミルク	おにぎり(さけわかめ・ごま)	米粉のみかん蒸しパン	米粉蒸しパン・小豆
午前	17	18	19	20	21	22
昼食		焼きもろこし飯、野菜たっぷり夏マーボー、粉ふき芋、すいか	御飯、押し麦のスープ、さけのムニエル(米粉)、いんげんのごま炒め、もも缶	御飯、みそ汁(なす・わかめ)、豚肉のしょうが焼き(トマト)、切干大根のサラダ(しらす干し)、オレチチミ(小松菜・豆腐・ごま)	御飯、豚汁(だいこん)、豆腐のふわとろボール(えび)、きゅうりの酢の物(みかん)	ジャージャーめん、バナナ、揚げなす(いんげん)
午後		かぼちゃかん(あずき)	おやつ・おさかなごはん		豆乳ゼリー(小倉)	手作りわかめおにぎり(ごま)
午前	24	25	26	27	28	29
昼食	御飯、豆腐のシチュー、蒸し野菜(いんげん・いも)、りんご、鶏の海苔焼き	御飯、みそ汁(じゃがいも・わかめ)、いわしの利休焼き(ごま)、卵の花(人参・鶏ひき肉)、きゅう	御飯、わかめスープ(ごま)、鶏むね肉のふっくら焼き、野菜のトマト煮、キウイフルーツ	御飯、みそ汁(かぼちゃ・あげ)、たらの磯辺焼き、もやしのごま酢あえ、バナナ	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、肉団子ととうがんのとろみ煮、キャベツのフルーツサラダ(もも)	野菜そぼろ丼(納豆)、りんご、オニオンスープ
午後	おやつ・えびごはん(ごま)	牛乳かんのあんみつ(キウイ)	菜飯おにぎり(しらす)	凍り豆腐のきな粉トースト	スイートポテト(米粉・ごま)、スキムミルク	おにぎり(焼き)
午前	31					
昼食	御飯、おくらスープ、ポークビーンズ、ピーマンのツナあえ(ごま)					
午後	おやつ(小魚(ごま)、バナナ)					