



平成29年7月分
保育所給食献立表

めぐみ保育園

日付/曜日	献立	おやつ	主材料
1日(土)	和風スパゲッティ・ワカメスープ・果物	☆鮭おにぎり・スキムミルク	ツナ・ベーコン・豆腐・きゃべつ・人参・玉ねぎ・しめじ・ワカメ・みかん缶
3日(月)	三色丼・切り干し大根のナムル・すまし汁	果物・おかし・牛乳	鶏ひき肉・卵・ふ・ごま・いんげん豆・人参・切り干し大根・えのき・小ねぎ
4日(火)	五目焼きそば・ちくわスープ・果物	☆ゆかりおにぎり・牛乳	豚肉・ちくわ・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・ほうれんそう・ばなな
5日(水)	ごはん・白身魚のピザ焼き・しめじとレタスのスープ	☆いちごジャムパン・牛乳	白身魚・チーズ・ベーコン・ピーマン・トマト・人参・玉ねぎ・レタス・しめじ
6日(木)	ごはん・肉じゃが・味噌汁	☆ピーマンマフィン・牛乳	豚肉・豆腐・油揚げ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・グリーンピース・大根
7日(金)	(七夕)天の川そうめん・鶏もも肉の照り焼き・短冊サラダ・果物	☆七夕ゼリー・牛乳	卵・鶏肉・オクラ・人参・大根・きゅうり・りんご
8日(土)	ごはん・マーボーナス・コロコロスープ	☆ウィンナーサンド・牛乳	豚ひき肉・豆腐・じゃがいも・なす・しいたけ・人参・ピーマン・玉ねぎ
10日(月)	ごはん・中華風うま煮・春雨サラダ	果物・おかし・牛乳	高野豆腐・鶏肉・卵・春雨・人参・玉ねぎ・大根・ごぼう・ブロッコリー
11日(火)	ごはん・スペイン風オムレツ・ワンタンスープ	☆あんドーナツ・牛乳	卵・ウィンナー・豚ひき肉・じゃがいも・ブロッコリー・玉ねぎ・しょうが
12日(水)	チキンカレー・フルーツヨーグルト	☆人参蒸しパン・牛乳	鶏肉・ヨーグルト・じゃがいも・かぼちゃ・ピーマン・人参・ばなな・みかん缶
13日(木)	ごはん・鮭のマヨネーズ焼き・きゅうりとオクラのおかか和え・味噌汁	☆メロンパン風トースト・牛乳	鮭・卵・かつおぶし・きゅうり・おくら・なす・玉ねぎ・人参・りんご
14日(金)	(お誕生日会)ひつじのショーン・和風ミートボール・パスタ・添え野菜・かきたま汁	☆かぼちゃのモンブラン・牛乳	合い挽き肉・卵・チーズ・スキムミルク・のり・玉ねぎ・人参・アスパラ・えのき
15日(土)	ごはん・豆腐チャンプル・味噌汁	果物・おかし・スキムミルク	豆腐・豚肉・きゃべつ・人参・玉ねぎ・ピーマン・大根・ワカメ
17日(月)	海の日		
18日(火)	パン・夏野菜シチュー・ほうれんそうの胡麻和え	☆じゃこねぎおにぎり・牛乳	ロールパン・豚ひき肉・納豆・牛乳・ごま・じゃがいも・かぼちゃ・ピーマン
19日(水)	竹の子ごはん・タイのすり身スープ・果物	☆きなこ蒸しパン・牛乳	鶏肉・油揚げ・タイのすり身・竹の子・人参・しいたけ・大根・小ねぎ・みかん缶
20日(木)	ごはん・千草焼き・ワカメとかまぼこの酢の物・味噌汁	果物・おかし・牛乳	鶏ひき肉・卵・かまぼこ・人参・ピーマン・ワカメ・きゅうり・きゃべつ・玉ねぎ
21日(金)	ごはん・高野豆腐の卵とじ・肉団子の中華スープ	☆スコーン・牛乳	高野豆腐・卵・肉団子・マロニー・じゃがいも・きゃべつ・人参・玉ねぎ・オクラ
22日(土)	チャンポン・ひじき炒め・果物	☆五平もち・スキムミルク	豚肉・天ぷら・もやし・キャベツ・人参・たまねぎ・ピーマン・玉ねぎ・ひじき
24日(月)	ごはん・鮭の塩焼き・豚汁	☆みかんゼリー・おかし・牛乳	鮭・豚肉・厚揚げ・さつまいも・人参・玉ねぎ・しめじ・小ねぎ
25日(火)	トースト・マカロニグラタン・フレンチサラダ・オニオンスープ	☆ワカメおにぎり・牛乳	食パン・鶏肉・バター・チーズ・牛乳・小麦粉・マカロニ・アスパラ・トマト
26日(水)	ごはん・切り干し大根の含め煮・ポテトスープ	☆ほうれんそうの蒸しパン・牛乳	豚肉・蒲鉾・切り干し大根・人参・玉ねぎ・じゃがいも・大根・グリーンピース
27日(木)	ジャージャー麺風・レバマリネ・ふわふわスープ・果物	果物・おかし・牛乳	豚ひき肉・鶏レバー・卵・ふ・竹の子・えのき・にんにく・きゅうり・きゃべつ
28日(金)	親子丼・味噌汁・果物	☆ブアマンケーキ・牛乳	鶏肉・卵・豆腐・人参・玉ねぎ・小ねぎ・のり・なす・ばなな
29日(土)	ごはん・野菜炒め・ワカメとえのきのすまし汁	☆スティックパン・スキムミルク	豚肉・ウィンナー・豆腐・キャベツ・もやし・人参・玉ねぎ・えのき・ワカメ
31日(月)	ごはん・厚焼き卵・吉野汁・果物	☆練乳クッキー・牛乳	卵・ささみ・厚揚げ・キャベツ・きゅうり・ごぼう・ほうれんそう・人参・りんご

◎材料購入等の都合により、献立を変更する場合があります。

◎主材料は、昼食の主な材料のみを表示しています。

◎☆印がついているおやつは、保育園で作っています。