



7月のよていこんだて

2019年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 29 月	昼食	ごはん 肉団子のみそスープ 白和え	米 春雨、片栗粉 ねりごま、砂糖	鶏ミンチ、卵、みそ 豆腐	玉ねぎ、人参、キャベツ、えのき 人参、糸こんにゃく、枝豆、ほうれん草	だしパック、煮干し、酒 しょうゆ
	午後おやつ	せんべい くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
2 16 30 火	昼食	パン 魚のチーズ風味焼き もやしのナムル 豆乳スープ	食パン、ジャム マーガリン、パン粉 ごま、ごま油、砂糖 油	魚、粉チーズ 豆乳	パセリ もやし、人参、ほうれん草 玉ねぎ、人参、白菜	塩こしょう しょうゆ、酢 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	お好み焼き 牛乳	お好み焼き粉	豚ミンチ、かつお節、卵 牛乳	キャベツ、青ねぎ	ソース
3 17 31 水	昼食	ごはん 鶏肉のからあげ ひじきサラダ 厚揚げのみそ汁	米 小麦粉、片栗粉、油 マヨネーズ	鶏肉 ちくわ 厚揚げ、みそ	しょうが ひじき、人参、ブロッコリー 玉ねぎ、わかめ	しょうゆ、みりん、酒 塩こしょう だしパック、煮干し
	午後おやつ	カルピスゼリー くだもの 牛乳	砂糖	牛乳	くだもの	カルピス、ゼラチン
4 18 木	昼食	ごはん 魚のみそ煮 酢の物 そうめん汁	米 砂糖 砂糖 そうめん	魚、みそ かにかま	しょうが 小松菜、もやし 玉ねぎ、人参、オクラ	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、酢 だしパック、昆布、しょうゆ、みりん、塩、酒
	午後おやつ	ポテトフライ 枝豆 牛乳	じゃがいも、油	牛乳	青のり 枝豆	塩 塩
5 19 金	昼食	夏野菜カレーライス 梅じそサラダ	米、マーガリン、油	豚肉	玉ねぎ、人参、なす、かぼちゃ キャベツ、人参、きゅうり、プチトマト、梅干し	カレールウ、ソース 青じそドレッシング
	午後おやつ	わらびもち(乳児:きなこマカロニ) 牛乳	わらびもち粉(乳児:マカロニ)、砂糖	きなこ 牛乳		塩
6 20 土	昼食	煮込みうどん じゃがいものきんぴら	うどん じゃがいも、砂糖、ごま、ごま油	鶏肉	玉ねぎ、人参、小松菜 人参、ピーマン	だしパック、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
8 22 月	昼食	マーボー丼 きゅうりのゆかり和え ワンタンスープ	米、ごま油、砂糖、片栗粉 ワンタン、油	豚ミンチ、豆腐、みそ、赤みそ	玉ねぎ、人参、なす、ねぎ きゅうり 玉ねぎ、チンゲン菜、えのき	しょうゆ、みりん、酒 ゆかり、しょうゆ シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク	牛乳		
9 23 火	昼食	パン 鶏肉と野菜のトマト煮 とうもろこし オニオンスープ	食パン、ジャム じゃがいも、砂糖、油 油	鶏肉、レバー	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、トマト缶、しょうが とうもろこし 玉ねぎ、人参、パセリ	コンソメ、塩こしょう 塩 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	五平もち(乳児:鮭おにぎり) 牛乳	米、もち米、ごま、砂糖	みそ(乳児:鮭フレーク) 牛乳		酒
10 24 水	昼食	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 五目豆煮 かぼちゃのみそ汁	米 マヨネーズ、小麦粉 砂糖	魚 大豆水煮 みそ	人参、れんこん、こんにゃく、昆布 かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	酒、塩こしょう だしパック、しょうゆ、みりん、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	フローズンヨーグルト	砂糖	ヨーグルト、生クリーム	みかん缶	
11 25 木	昼食	ごはん 豚肉のかりん揚げ 青菜のおかか和え なすのみそ汁	米 ごま、砂糖、片栗粉、油 砂糖	豚肉 かつお節 油揚げ、みそ	ほうれん草、小松菜、人参 なす、玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ だしパック、煮干し
	午後おやつ	麩のラスク くだもの 牛乳	麩、砂糖、マーガリン	牛乳	くだもの	
12 金	昼食	クリームスープスパゲッティ レモン風味サラダ	スパゲッティ、マーガリン、小麦粉、油 砂糖、油	鶏肉、スキムミルク、牛乳 ツナ缶	玉ねぎ、人参、ほうれん草、しめじ キャベツ、人参、ブロッコリー、レモン汁	コンソメ、塩こしょう 塩こしょう
	午後おやつ	ココアもちもちパン 牛乳	ホットケーキミックス、白玉粉、砂糖	牛乳 牛乳		ココア
13 27 土	昼食	ピラフ ポトフスープ くだもの	米、マーガリン じゃがいも	鶏ミンチ ポークビッツ	玉ねぎ、ピーマン、コーン缶 キャベツ、人参 くだもの	コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

*毎週月曜日・・・礼拝

*7/6(土)あいりんまつり(野の百合:家庭保育にご協力ください。なお保育は15:30までとさせていただきます。)



*7/10(水)プール開き(プール期間中の体育あそびはありません)

*7/26(金)お誕生会 メニュー:ごはん、ハンバーグ、ブロッコリーとたまごのサラダ、コーンスープ、くだもの(おやつ)シューアイス、ビスケット、野菜