

令和元年度7月

こんだて

江陽こども園

日	曜	献立	離乳食献立	使用する主な食品名	おやつ	
					10時(未満児)	3時(全児童)
1	月	鯖の味噌煮・引き昆布煮 味噌汁・果物	白がゆ・根菜の煮込み汁・果物	鯖・生姜・引き昆布・薩摩揚げ・人参 油揚げ・小松菜・人参・豆腐・わかめ	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
2	火	十穀ご飯・豚汁・ゆで卵 おひたし・果物	十穀がゆ・さつま汁・果物	十六穀・豚肉・糸コン・牛蒡・人参 葱・卵・ほうれん草・豆腐	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
3	水	冷やし中華・コロッケ・果物	煮込みうどん・マッシュポテト 果物	中華麺・卵・胡瓜・トマト・ロースハム 紅生姜・コロッケ	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
4	木	牛肉とひじきの煮物・味噌汁・果物 ほうれん草の和え物	ひじきがゆ・温野菜サラダ 味噌汁・果物	ひじき・つきこん・人参・牛肉 ほうれん草・もやし・豆腐・わかめ	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 ヨーグルト
5	金	かに玉・ポテトサラダ 味噌汁・果物	白がゆ・野菜の煮込み卵とし すまし汁・果物	蟹かま・玉葱・椎茸・卵・胡瓜・人参 わかめ・小松菜・豆腐・じゃが芋	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
6	土	食パン・ミートボールスープ スパゲティサラダ・果物	パンがゆ・ミートボールスープ マッシュポテト・果物	ミートボール・人参・玉葱・春雨 チンゲン菜・パスタ・コーン缶・ハム	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
7	日					
8	月	野菜カレー・サラダ・福神漬け	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	挽肉・しめじ・セロリ・人参・玉葱 じゃがいも・マカロニ・ハム・胡瓜	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
9	火	魚のラビゴットソース・味噌汁 海藻サラダ・果物	白がゆ・野菜と白身魚の煮込み 味噌汁	魚・トマト・胡瓜・わかめ・人参 小松菜・豆腐・もやし	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
10	水	豆腐の胡麻あんかけ いんげんの炒め煮・味噌汁・果物	白がゆ・豆腐の胡麻あんかけ 野菜の煮物・味噌汁	豆腐・ひき肉・すりごま・いんげん 人参・薩摩揚げ・油揚げ・わかめ・豆腐	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
11	木	焼きそば・マッシュポテト スープ・バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	豚肉・もやし・人参・キャベツ・卵 ピーマン・じゃが芋・はんぺん・葱	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 ヨーグルト
12	金	チキンカツ・千切キャベツ 味噌汁・ミニトマト	白がゆ・チキンと野菜の煮込み 味噌汁・果物	鶏肉・キャベツ・小松菜・人参・豆腐 わかめ・人参	お菓子 乳酸菌飲料	ケーキ アイス
13	土	食パン・ポトフ ヨーグルトサラダ・バナナ	パンがゆ・バナナ 貝だくさん野菜スープ	シャウエッセン・人参・玉葱・じゃが芋 みかん缶・桃缶・パイン缶・ヨーグルト	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
14	日					
15	月	海の日				
16	火	チーズ納豆・鯖の竜田揚げ 味噌汁	納豆がゆ・野菜の五目あんかけ 味噌汁	納豆・チーズ・ほうれん草・卵・鯖 豆腐・小松菜・人参	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
17	水	ウィンナーとチンゲンのマヨ炒め 中華風サラダ・味噌汁・果物	青菜がゆ・野菜のマヨ炒め 味噌汁	ウィンナー・チンゲン菜・枝豆・ハム もやし・胡瓜・わかめ・豆腐・大根	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
18	木	冷やしうどん・こぶき芋・ゆで卵 バナナ	煮込みうどん・こぶき芋・果物	そうめん・なると・えのき・わかめ・葱 じゃが芋・卵	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 ヨーグルト
19	金	チーズイーチキン・ブロッコリー ミニトマト・果物	白がゆ・チーズイーチキン 果物	鶏肉・玉葱・人参・じめじ・ブロッコ リー ミニトマト	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
20	土	食パン・ワンタンスープ コロッケ・果物	パンがゆ・ワンタンスープ 果物・マッシュかぼちゃ	ひき肉・キャベツ・人参・干し椎茸 なると・(冷)コロッケ	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
21	日					
22	月	カレーライス・福神漬け・サラダ	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・ツナ缶 マカロニ・胡瓜・ハム・レタス	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
23	火	とり天・ひじきのサラダ 味噌汁	白がゆ・小松菜と鶏肉炒め煮 味噌汁	鶏肉・小松菜・人参・ツナ缶・ひじき わかめ・豆腐・葱・大根	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
24	水	夏野菜のパスタ・マッシュポテト スープ・ミニトマト・バナナ	野菜煮込みパスタ・スープ バナナ	パブリカ・ズッキーニ・玉葱・鶏肉 じゃが芋・白菜・わかめ・卵	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
25	木	青椒肉絲・ポテトサラダ 味噌汁・果物	白がゆ・五目野菜の煮込み スープ・果物	豚肉・ピーマン・もやし・筍・じゃが芋 ハム・胡瓜・人参・わかめ・豆腐	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 ヨーグルト
26	金	赤魚の煮付け・味噌汁・果物 切干大根の煮物	白がゆ・根菜のスープ煮・果物	赤魚・ごぼう・切干・薩摩揚げ 人参・糸コン・油揚げ・キャベツ	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
27	土	食パン・ミネストローネスープ かぼちゃのグラタン・果物	パンがゆ・マッシュ南瓜 ミネストローネスープ	ベーコン・人参・玉葱・マカロニ・南瓜 ウィンナー	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
28	日					
29	月	牛すき煮・酢の物 味噌汁・果物	ほうれん草がゆ・味噌汁 五目野菜のすき煮	牛肉・焼き豆腐・糸こん・人参 カニカマ・胡瓜・わかめ・豆腐・大根	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
30	火	ホッケのとろとろ煮・味噌汁 もやしのサラダ	白がゆ・魚のとろとろ煮 味噌汁・果物	ホッケ・小松菜・人参・もやし・豆腐 ワカメ・ハム・胡瓜	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
31	水	親子丼・レタスとひじきのサラダ 吸い物・果物	白がゆ・親子煮・温野菜サラダ 果物	鶏肉・人参・玉葱・卵・椎茸・レタス 胡瓜・ひじき・豆腐・わかめ・葱	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ