

行事	防犯訓練						七夕の日の集い						
曜日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	火
日	1	2	3	4	5	6	8	9	10	11	12	13	16
朝乳 おやつ	ビスコ・牛乳	さつま芋・牛乳	せんべい・牛乳	白い風船・牛乳	チーズ・牛乳	せんべい・牛乳	バナナ・牛乳	チーズ・牛乳	せんべい・牛乳	ビスコ・牛乳	白い風船・牛乳	せんべい・牛乳	チーズ・牛乳
No.	28	6	111	17	145	137		76		54			4
献立名	①肉豆腐 ②酢の物 ③みそ汁	①魚のフライ ②ブロッコリーサラダ ③コンソメスープ	①煮込みうどん ②ごま和え ③果物	①酢鰯 ②ナムル ③すまし汁	①七夕カレー ②果菜サラダ ③果物	①マーボー丼 ②もやしスープ ③果物	①牛肉と夏野菜の 甘辛炒め ②みそ汁	①高野豆腐と 野菜の含め煮 ②おかか和え ③すまし汁	①和風スパゲティ ②青菜のスープ ③果物	①豆腐入り ハンバーグ ②トマトサラダ ③コンソメスープ	①さばの竜田揚げ ②酢の物 ③すまし汁	①タコライス ②コンソメスープ ③果物	①魚の南蛮漬け ②のり和え ③みそ汁
主食	ごはん	パン	うどん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	スパゲッティ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
昼食	①豆腐 牛肉 人参 さやいんげん れんこん しいたけ(干) 油 砂糖 しょうゆ ②切り干し大根 きゅうり 酢 砂糖 しょうゆ ③じゃが芋 なす ねぎ 煮干し みそ	①かれい 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 揚げ油 ②ブロッコリー コーン(缶) マヨドレ ③キャベツ 人参 パセリ コンソメスープの素 塩 こしょう	①うどん 牛肉 かまぼこ 人参 玉葱 ねぎ 煮干し 油 砂糖 塩 しょうゆ ②ほうれん草 人参 ごま 砂糖 しょうゆ	①鶏もも肉 しょうゆ 片栗粉 揚げ油 人参 ピーマン 玉葱 たけのこ(水煮) しいたけ(干) 油 酢 ケチャップ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ②もやし 人参 ごま油 砂糖 しょうゆ ③油揚げ 小松菜 煮干し 塩 しょうゆ	①ごはん 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 オクラ コーン(缶) カレーウ ②白菜 きゅうり みかん(缶) 酢 塩 砂糖 油 ③油揚げ 小松菜 煮干し 塩 しょうゆ	①ごはん 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 白ねぎ にら 土生姜 スープの素 水 砂糖 しょうゆ みそ ごま油 片栗粉 ②もやし ねぎ ごま スープの素 しょうゆ	①牛肉 玉葱 人参 ピーマン なす ほうれん草 油 砂糖 しょうゆ ごま ②麩 かぼちゃ ねぎ 煮干し みそ	①高野豆腐 平天 鶏ミンチ コーン(缶) 人参 さやいんげん 玉葱 油 砂糖 しょうゆ だし汁 ②小松菜 ちくわ 花かつお 砂糖 しょうゆ ③玉葱 オクラ 煮干し 塩 しょうゆ	①スパゲッティ 鶏もも肉 玉葱 人参 しめじ えのき ごぼう ねぎ 油 だし汁 砂糖 しょうゆ 刻みのり ②青菜 わかめ(干) コーン(缶) 煮干し 塩 しょうゆ ③キャベツ 人参 コンソメスープの素 塩 こしょう	①合ミンチ 豆腐 玉葱 人参 しいたけ(干) 塩 こしょう しょうゆ パン粉 牛乳 ケチャップ ②ブロッコリー トマト 酢 砂糖 塩 油 ③キャベツ 人参 コンソメスープの素 塩 こしょう	①さば みりん しょうゆ 土生姜 片栗粉 揚げ油 ②キャベツ きゅうり 酢 砂糖 しょうゆ ③豆腐 えのき みつば 煮干し 塩 しょうゆ	①ごはん 合ミンチ 玉葱 人参 トマト キャベツ ケチャップ カレー粉 砂糖 しょうゆ ②じゃが芋 人参 パセリ コンソメスープの素 塩 こしょう	①かれい 塩 こしょう 小麦粉 揚げ油 人参 玉葱 だし汁 砂糖 酢 しょうゆ ②ほうれん草 もやし 刻みのり 砂糖 しょうゆ ③さつま芋 玉葱 ねぎ 煮干し みそ
果物			オレンジ(全児)		バナナ(全児)	みかん缶(全児)			バナナ(全児)			オレンジ(全児)	
No.	128	70	93	131			73		99	135	56		27
おやつ	フルーツポンチ みかん(缶) バナナ スイカ みかん缶の汁 水 砂糖	昆布おにぎり ごはん 塩昆布 ごま	おからナゲット おから 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 片栗粉 塩 こしょう コンソメスープの素 揚げ油 ケチャップ	ぶどうゼリー ケールゼリーの素 ぶどうジュース (果汁100%) 水	クッキー 小麦粉 砂糖 マーガリン	クリームパン 小麦粉 砂糖 マーガリン	コーンマフィン 小麦粉 コーン(缶) ベーキングパウダー 砂糖 牛乳 油	干菓子 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 さつま芋	蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 さつま芋	牛乳かん 粉寒天 水 砂糖 牛乳 みかん(缶)	ポンドケーキ ホットケーキミックス 白玉粉 水 牛乳 粉チーズ 白ごま 黒ごま	アップルパイ ホットケーキミックス マーガリン 油 ココア 牛乳 黒いりごま 砂糖	ココアパンケーキ ホットケーキミックス マーガリン 油 ココア 牛乳 黒いりごま 砂糖
飲物	牛乳	お茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	牛乳	牛乳	牛乳

