



ひよこ  
あひる

ぐみ

8

がっ



献立表

2019.7.25

やまのうちほいくえん

	日 ① 26	火 ② 27	水 ③ 28	木 ④ 29	金 ⑤ 30	土 ⑥ 31
完了期	<ul style="list-style-type: none"> <li>おにぎり</li> <li>豚肉のソテー 豚肉 玉ねぎ 油 (酒・しょうゆ)</li> <li>かんたんピクルス きゃくり ミニトマト 大根 (酢、砂糖、塩)</li> <li>みそ汁 さつまいも 人参 ねぎ (味噌)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>パン</li> <li>鶏のからあげ 鶏肉 片栗粉 油 (酒、しょうゆ)</li> <li>ポテトサラダ じゃがいも きゃくり 玉ねぎ リンゴ コーン (酢、砂糖、塩)</li> <li>コンソメスープ エリンギ 玉ねぎ ブロッコリー (コンソメ、塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>おにぎり</li> <li>穴子のかば焼き 穴子 (しょうゆ、酒、砂糖) (オリーブ、)</li> <li>3色ピーマンの カラフルいため ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 花かつお (しょうゆ、酒、オリーブ)</li> <li>みそ汁 大根 人参 しめじ ねぎ (味噌)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>おにぎり</li> <li>ささみと冬瓜の味噌煮 ささみ 冬瓜 人参 (しょうゆ、酒、オリーブ、 砂糖、味噌)</li> <li>ほうれん草のいすべ和え ほうれん草 人参 えのき 大根のり (しょうゆ)</li> <li>すまし汁 豆腐 まいたけ オクラ (酒、しょうゆ、オリーブ、 塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>中華丼 ごはん 豚肉 白菜 人参 しめじ もやし (片栗粉、鶏がらスープ、 塩、しょうゆ、ゴマ油)</li> <li>海藻サラダ 海藻 きゃくり ひじき トマト (酢、砂糖、塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>おにぎり</li> <li>きつねうどん うどん 牛肉 玉ねぎ ねぎ 昆布 (しょうゆ、砂糖、塩)</li> <li>きゃくりとオクラの梅和え きゃくり オクラ 梅干し 花ごっか (しょうゆ)</li> </ul>
朝のおやつ	おせんべい、お茶	おせんべい、お茶	くだもの(リンゴ、バナナ)、お茶	おせんべい、お茶	くだもの(リンゴ、バナナ)、お茶	おせんべい、お茶
3時のおやつ	りんご、牛乳、小麦粉、油、砂糖、しょうゆ、りんご、牛乳、りんご、牛乳、りんご、牛乳、りんご、牛乳	バナナ、ヨーグルト、砂糖、バナナ、ヨーグルト、砂糖、バナナ、ヨーグルト、砂糖	りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶	りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶	りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶	りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶
完了期	<ul style="list-style-type: none"> <li>おにぎり</li> <li>鶏肉のソテー 鶏肉 (酒、オリーブ、砂糖、 しょうゆ)</li> <li>スパゲティサラダ スパゲティ 枝豆 人参 とうもろこし (酢、砂糖、塩)</li> <li>みそ汁 なす 油あげ オクラ (味噌)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>コンソメライス ごはん 合挽ミンチ じゃがいも 玉ねぎ 人参 コーン (小麦粉、バター、 カレー粉、ヨーグルト、 スティックチーズ、 黒砂糖、ケチャップ、 塩、油)</li> <li>キャベツの塩昆布和え キャベツ 塩昆布</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>おにぎり</li> <li>冷しゃぶ 豚肉 キャベツ きゃくり ピーマン トマト わかめ レモン (しょうゆ、砂糖、 酒、オリーブ)</li> <li>みそ汁 かぼちゃ ねぎ (味噌)</li> <li>くだもの ぶどう、なし</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>おにぎり</li> <li>鮭のフライ 魚 (小麦粉、パン粉、 塩、油)</li> <li>夏野菜のマリネ トマト きゃくり 黄パプリカ (酢、砂糖、塩、 オリーブ油)</li> <li>すまし汁 そうめん なす オクラ (しょうゆ、酒、オリーブ、 塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ピザパン丼 ごはん 牛肉 きゃくり たまご 人参 ねぎ (しょうゆ、砂糖、 油、塩、酒、オリーブ)</li> <li>中華スープ 大根 人参 コーン ニラ (鶏がらスープ、塩、 ゴマ油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マーボー豆腐丼 ごはん 豚ミンチ 豆腐 ねぎ (赤味噌、鶏がらスープ、 しょうゆ、塩、ゴマ油、 片栗粉)</li> <li>春雨サラダ 春雨 オクラ わかめ (酢、砂糖、塩)</li> </ul>
朝のおやつ	おせんべい、お茶	おせんべい、お茶	くだもの(リンゴ、バナナ)、お茶	おせんべい、お茶	くだもの(リンゴ、バナナ)、お茶	おせんべい、お茶
3時のおやつ	りんご、お茶	バナナ、ヨーグルト、砂糖、バナナ、ヨーグルト、砂糖	りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶	りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶	りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶	りんご、バナナ、お茶、りんご、バナナ、お茶

おやつに畑で収穫したトマトやきゃくりを食べます。