

7月の献立表 除去食

平成30年7月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
2	月	オレンジ	オレンジ	ホキのうま梅ソース	ほき	梅肉・米しょうゆ・砂糖・清酒	青ねぎ	もちもち 青のりパン 牛乳	白玉粉 塩 青のり 油 牛乳
				粉ふき芋		塩・こしょう			
				オクラの和え物		じゃがいも・塩	おくら		
				すまし汁	かつお節・だし昆布	米しょうゆ・みりん・塩	青ねぎ・えのき		
				ごはん		米			
3	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	ゴーヤチャンプルー	豚肉	清酒・油・米しょうゆ	もやし・キャベツ・ゴーヤ	磯ポテト 牛乳	じゃがいも 油 刻みのり 片栗粉 米しょうゆ みりん 砂糖 牛乳
				揚げ餃子	豚ミンチ	塩・こしょう・うまい中華スープ	人参		
				春雨スープ		米粉の皮	玉ねぎ・生姜		
				ごはん		うまい中華スープ・油			
						うまい中華スープ・塩・春雨	コーン		
4	水	ベビー スティック	ベビー スティック	冷しゃぶ	豚肉	米しょうゆ・砂糖	もやし・きゅうり・トマト	ポパイケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス ほうれん草 砂糖 牛乳
				切り干し大根の煮物		米しょうゆ・清酒・みりん・砂糖・油	切干大根・人参・絹さや		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		ちんげん菜		
				ごはん		米			
5	木	ぶかしもち	さつまいも	たらの竜田揚げ	たら	油・片栗粉・塩・こしょう		チヂミ 牛乳	米粉 二ラ 人参 ごま油 米しょうゆ 牛乳
				スナックえんどうおかか和え	かつお節	米しょうゆ・砂糖	スナックえんどう		
				スパゲティソテー	ウインナー	米粉パスタ・塩・こしょう・ケチャップ	ピーマン・たまねぎ・コーン		
				コンソメスープ		油			
				ごはん		ベジタブルコンソメ・塩	キャベツ・パセリ		
6	金	七夕まつり ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	七夕そうめん	かつお節・だし昆布	米粉麺・米しょうゆ・砂糖	星型人参・オクラ・干椎茸	お星様ゼリー 牛乳	ぶどうジュース パイ みかん 寒天 砂糖 牛乳
				かぼちゃそぼろあんかけ	鶏ミンチ	米しょうゆ・砂糖・みりん	かぼちゃ・グリーンピース		
						片栗粉			
				わかめごはん	わかめ	米			
7	土	こめぼんせん	こめぼんせん	牛丼	牛肉	米・糸こんにゃく・砂糖	たまねぎ・人参	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
						米しょうゆ			
				きゅうりの和え物	わかめ	砂糖・米しょうゆ・塩	きゅうり		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		小松菜		
9	月	りんご	りんご	さばの塩焼き	さば	塩		ぎょうざピザ 牛乳	米粉の皮 ケチャップ トマト コーン 牛乳
				(0.1歳はさわら)					
				キャベツのゆかり和え			キャベツ・ゆかり		
				五目煮		さつまいも・こんにゃく・砂糖	絹さや・人参・干椎茸・ごぼう		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	米しょうゆ・みりん	玉ねぎ・青ねぎ		
ごはん		米							
10	火	紫いも せんべい	紫いも せんべい	肉団子あんかけ	豚ミンチ	砂糖・塩・油・米しょうゆ	二ラ・たまねぎ・生姜	クッキー 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳
						みりん・片栗粉			
				春雨のさっぱり和え		春雨・米しょうゆ・砂糖・ごま油	きゅうり・人参・コーン		
				わかめスープ	わかめ	うまい中華スープ・塩	長ネギ		
				ごはん		米			
11	水	こめぼんせん	こめぼんせん	豚肉と野菜の生姜焼き	豚肉	米しょうゆ・みりん・清酒	たまねぎ・人参・もやし・キャベツ	ようかん 牛乳	こしあん 寒天 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
						砂糖・油	ピーマン・生姜		
				ウインナーソテー	ウインナー	油			
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		オクラ		
				ごはん		米			
12	木	かぼちゃ煮	かぼちゃ	ラタトゥイユ	ウインナー	油・ケチャップ・塩・こしょう	トマト・なす・ピーマン	五平餅 牛乳	米 赤味噌 砂糖 みりん 牛乳
						ベジタブルコンソメ	玉ねぎ・パセリ		
				小松菜のソテー		塩・こしょう・油	小松菜・赤ピーマン		
				コンソメスープ		ベジタブルコンソメ・塩	ブロッコリー・コーン		
				ごはん		米			
13	金	ベビー スティック	ベビー スティック	おろしハンバーグ	合ミンチ	米しょうゆ・みりん・砂糖・片栗粉	大根・たまねぎ	ドーナツ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 油 牛乳
						塩・こしょう			
				いんげんソテー		塩・こしょう・油	いんげん		
				中華風きんぴら		ごま油・米しょうゆ・清酒	れんこん・ごぼう・人参		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	みりん・砂糖	えのき・しめじ・青ねぎ		
ごはん		米							
14	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	焼き米粉麺	豚肉	米粉麺・塩・こしょう	ピーマン・たまねぎ・人参	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
						ウスターソース・ケチャップ・油	キャベツ		
				フラワーサラダ		しょうゆ・砂糖	ブロッコリー・カリフラワー		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		赤パプリカ・黄パプリカ		
					わかめ		青ねぎ		

7月の献立表 除去食

平成30年7月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料	
17	火	りんご	りんご	鮭の塩焼き	鮭	塩	パセリ	恐竜の卵牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキングパウダー 牛乳	
				ほうれんそうの和え物	かつお節	米しょうゆ・砂糖	ほうれん草・もやし			
				トマト煮	豚肉	じゃがいも・砂糖・米しょうゆ	たまねぎ・人参・グリーンピース			
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	ケチャップ・ベジタブルコンソメ	トマト			
				ごはん		米	なす			
18	水	紫いも せんべい	紫いも せんべい	音楽指導		夏野菜カレーライス	牛肉	米・かぼちゃ・カレーの王子様・油	ホットケーキ牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳
				マカロニサラダ		塩・こしょう・ベジタブルコンソメ	きゅうり・コーン・人参			
				オレンジ			オレンジ			
				鶏のカレー焼き	鶏肉	塩・こしょう・ケチャップ・砂糖	生姜			
19	木	粉ふきいも	じゃがいも	ブロッコリー		カレー粉	ブロッコリー	黒糖マカロニ牛乳	米粉マカロニ 黒砂糖 牛乳	
				ひじきサラダ	ひじき	砂糖・米しょうゆ	キャベツ・赤ピーマン			
				具沢山味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		人参・大根・ごぼう・青ねぎ			
				ごはん		米				
				豚肉のキャベツ炒め	豚肉	片栗粉・清酒・塩・うまい中華スープ	キャベツ・人参・たけのこ水煮			
20	金	ベビー スティック	ベビー スティック	さつま芋の甘煮		さつま芋・砂糖	チンゲン菜・干椎茸・おろし生姜	フルーツポンチ お茶	パイ みかん りんご 砂糖 お茶	
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		たまねぎ			
				ごはん		米				
				チャーハン	豚ミンチ	米・うまい中華スープ・塩・こしょう	玉ねぎ・人参・ねぎ			
21	土	ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	小松菜のツナ和え	ツナ	砂糖・米しょうゆ	小松菜・コーン	粉ふきいも 牛乳	じゃがいも 塩 牛乳	
				コンソメスープ		ベジタブルコンソメ・塩	大根・パセリ			
				鯨の南蛮漬け	鯨	塩・片栗粉・油	玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ			
23	月	オレンジ	オレンジ	(0.1歳はたら)		砂糖・しょうゆ	黄パプリカ	そうめん お茶	米粉 きゅうり コーン だし昆布 かつお節 砂糖 みりん 米しょうゆ お茶	
				冬瓜のそぼろあんかけ	豚ミンチ	米しょうゆ・砂糖・みりん・片栗粉	冬瓜・グリーンピース			
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		なめこ・青ねぎ			
				ごはん		米				
				ライオンハヤシライス	牛肉・ウィンナー	米・砂糖・ウスターソース・ケチャップ	たまねぎ・マッシュルーム缶			
24	火	紫いも せんべい	紫いも せんべい	ポテトサラダ		じゃがいも・こしょう・塩	人参・グリーンピース・レーズン	洋梨ケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 粉砂糖 洋梨 牛乳	
				パイナップル			パイナップル			
				肉団子の甘酢あん	鶏ミンチ	米しょうゆ・砂糖・みりん・片栗粉	生姜			
25	水	南瓜煮	かぼちゃ	中華スープ		うまい中華スープ・塩	ニラ・たまねぎ	あんこパイ 牛乳	こしあん 米粉の皮 油 牛乳	
				ごはん		米				
				冷やし中華	豚肉・刻みのり	米粉麺・米しょうゆ・砂糖	トマト・きゅうり・ホールコーン			
				なすと鶏肉煮	鶏肉・かつお節	米しょうゆ・砂糖・みりん	なす・いんげん			
26	木	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	ゆかりごはん		米	ゆかり	茹でとうもろこし 牛乳	とうもろこし 牛乳	
				鶏のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・米しょうゆ・清酒	生姜			
				トマト		片栗粉・油	トマト			
				ほうれんそう磯和え	刻みのり	米しょうゆ・砂糖	ほうれん草・もやし・人参			
				コンソメスープ		ベジタブルコンソメ・塩	たまねぎ・パセリ			
27	金	こめぼんせん	こめぼんせん	お泊り保育		カレーピラフ	牛ミンチ	米・塩・こしょう・ベジタブルコンソメ	ジャムサンド 牛乳	ベビースティック イチゴジャム 牛乳
				コールスローサラダ		砂糖・塩・こしょう・油	キャベツ・コーン・きゅうり			
				ブチゼリー			ブチゼリー			
				カレーライス	牛肉	米・砂糖・ウスターソース・ケチャップ	たまねぎ・マッシュルーム缶			
				ポテトサラダ		じゃがいも・こしょう・塩	きゅうり・コーン・赤ピーマン			
30	月	ふかしいも	さつまいも	カレーライス	牛肉	米・砂糖・ウスターソース・ケチャップ	たまねぎ・マッシュルーム缶	レーズンケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 レーズン 牛乳	
				コールスローサラダ		砂糖・塩・こしょう・油	キャベツ・コーン・きゅうり			
				ブチゼリー			ブチゼリー			
				冷やし中華	豚肉・刻みのり	米粉麺・米しょうゆ・砂糖	トマト・きゅうり・ホールコーン			
				なすと鶏肉煮	鶏肉・かつお節	米しょうゆ・砂糖・みりん	なす・いんげん			
31	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	卒園児里帰り		カレーピラフ	牛ミンチ	米・塩・こしょう・ベジタブルコンソメ	わらびもち 牛乳	片栗粉 砂糖 黒砂糖 牛乳
				コールスローサラダ		砂糖・塩・こしょう・油	キャベツ・コーン・きゅうり			
				ブチゼリー			ブチゼリー			
				冷やし中華	豚肉・刻みのり	米粉麺・米しょうゆ・砂糖	トマト・きゅうり・ホールコーン			
				なすと鶏肉煮	鶏肉・かつお節	米しょうゆ・砂糖・みりん	なす・いんげん			