

7月の献立表 除去食
*3時おやつは各自クラスで対応します

四天王寺夕陽丘保育園

平成28年7月
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
1	金	ベビー ステイック	ベビー ステイック	豚肉のキャベツ炒め	豚肉	片栗粉・料理酒・塩・こしょう	キャベツ・人参・たけのこ水煮	さつま芋茶巾 牛乳	さつまいも 砂糖 牛乳
				白身魚の磯部揚げ	さわら	うまい中華スープ・油	チンゲン菜・干椎茸・おろし生姜		
				中華スープ		塩・こしょう・片栗粉・油	青のり		
				ごはん		ごま・ごま油・塩	こら・もやし		
2	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	コーン米粉麺	豚肉	米粉麺・うまい中華スープ・塩	キャベツ・ねぎ・ホールコーン	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
				ウイナーソテー	ウイナー	しょうゆ	人参		
				ブチゼリー			ブチゼリー		
4	月	ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	さばの竜田あげ	さば	片栗粉・油・しょうゆ	おろし生姜	りんご蒸しパン 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 りんご 牛乳
				(0.1歳はホキ)		砂糖・みりん・料理酒			
				白菜の和え物		しょうゆ・みりん	白菜		
				大根の煮物		砂糖・しょうゆ	グリーンピース・人参・大根		
				みそ汁	かつお節・味噌		わかめ・だし昆布		
ごはん		米							
5	火	南瓜煮	南瓜	鶏肉のカレー焼き	鶏肉	塩・こしょう・油	おろし生姜	茹でとうもろこし 牛乳	とうもろこし 塩 牛乳
				コーンアスパラソテー		カレー粉			
				マカロニサラダ	ウイナー	油・塩・こしょう	グリーンアスパラ・ホールコーン		
				コンソメスープ		米粉マカロニ・塩・こしょう	きゅうり・人参		
				ごはん		ベジタブルコンソメ・塩	チンゲン菜・たまねぎ		
6	水	ひえぼーろ	ひえぼーろ	豚肉の生姜炒め	豚肉	しょうゆ・料理酒・みりん	たまねぎ・キャベツ・パプリカ赤	わらびもち 牛乳	片栗粉 黒砂糖 牛乳
さつま芋の甘煮		砂糖・油	ピーマン・しょうが						
なすのみそ汁	味噌・かつお節	さつま芋・砂糖	なす・だし昆布						
ごはん		米							
7	木	オレンジ	オレンジ	七夕米粉麺	かつお節・ツナ缶	米粉麺・しょうゆ・砂糖	人参・オクラ・干椎茸	クッキー 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 黒ゴマ 牛乳
				大根の煮物		みりん	だし昆布		
				わかめごはん		砂糖・しょうゆ・みりん	いんげん・大根		
						米	わかめ		
8	金	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	鶏肉の竜田揚げ	鶏肉	しょうゆ・料理酒・片栗粉・油		ケチャップライス 牛乳	米 ケチャップ グリーンピース コーン 油 牛乳
				トマト			トマト		
				フラワーサラダ		砂糖・しょうゆ・油・塩・こしょう	ブロッコリー・カリフラワー		
				白菜のみそ汁	味噌・かつお節		人参		
ごはん		米	白菜・ねぎ・だし昆布						
9	土	紫いも せんべい	紫いも せんべい	カレーピラフ	牛ミンチ	米・塩・こしょう	玉ねぎ・人参・グリーンピース	粉吹き芋 牛乳	粉吹き芋 牛乳
				大根サラダ	かつお節	ベジタブルコンソメ・カレー粉	大根・きゅうり		
				オレンジ		砂糖・油・しょうゆ	オレンジ		
11	月	こめせんべい	こめせんべい	新生姜ごはん		米・料理酒・しょうゆ	新生姜	ポパイケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 ほうれんそう 牛乳
				さんまの塩焼き	さんま	塩			
				(0.1歳はさわら)					
				野菜ごま和え		白ごま・しょうゆ・砂糖	白菜・小松菜		
				南瓜のそぼろ煮	豚ミンチ	砂糖・しょうゆ・かたくり粉	南瓜		
みそ汁	みそ・かつお節		わかめ・ねぎ・だし昆布						
12	火	オレンジ	オレンジ	麻婆なす	豚ミンチ	油・砂糖・しょうゆ	なす・たまねぎ・ねぎ	磯ポテト 牛乳	じゃが芋 油 青のり しょうゆ みりん 砂糖 牛乳
					味噌・八丁味噌	片栗粉	筍・おろし生姜		
				春雨の和え物		春雨・砂糖・しょうゆ	きゅうり・人参		
				中華スープ		うまい中華スープ・塩	青梗菜・大根		
ごはん		米							
13	水	サクサク 南瓜クッキー	サクサク 南瓜クッキー	あんかけハンバーグ	合ミンチ	しょうゆ・みりん・片栗粉	玉ねぎ	粉吹き芋 牛乳	じゃがいも 塩 牛乳
				かぼちゃソテー		塩・こしょう・油	かぼちゃ		
				ごぼうサラダ		塩・こしょう・油			
				きのみそ汁	かつお節・味噌	砂糖・しょうゆ・油・塩・こしょう	ごぼう・ホールコーン・赤ピーマン		
				ごはん		米	だし昆布・しめじ・えのき		
14	木	ふかし芋	さつま芋	鮭ごはん	鮭	米・しょうゆ・砂糖	人参・れんこん・干椎茸・絹さや	冷やし米粉麺 お茶	米粉麺 きゅうり だし昆布 かつお節 砂糖 みりん しょうゆ お茶
							刻みのり・コーン		
				里芋煮		里芋・砂糖・しょうゆ・みりん	グリーンピース		
				ずまし汁	かつお節	しょうゆ・みりん・塩	だし昆布・青ねぎ・玉ねぎ		
15	金	ベビー ステイック	ベビー ステイック	白身魚の竜田揚げ	ホキ	しょうゆ・料理酒・片栗粉・油		黒糖マカロニ ブチゼリー 牛乳	黒砂糖 米粉マカロニ ブチゼリー 牛乳
				粉ふきいも		じゃがいも・塩	粉バセリ		
				ほうれん草の磯和え		砂糖・しょうゆ	ほうれん草・えのき・刻みのり		
				白菜のみそ汁	味噌・かつお節		白菜・人参・だし昆布		
				ごはん		米			

7月の献立表 除去食
*3時おやつは各自クラスで対応します

平成28年7月
四天王寺夕陽丘保育園 TEL.6772-4497

曜	日	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	力や熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
16	土	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	冷やし米粉麺 ウインナーソテー オレンジ	豚肉 ウインナー	米粉麺・しょうゆ・砂糖 うまい中華スープ・ごま油・ごま油	トマト・きゅうり・ホールコーン 刻みのり オレンジ	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
18	月								
19	火	紫いもせんべい	紫いもせんべい	鮭の塩焼き ブロッコリー 春雨の和え物 味噌汁 ごはん	鮭 味噌・かつお節	塩 春雨・しょうゆ・砂糖・ごま油 米	ブロッコリー きゅうり・人参 青ねぎ・だし昆布・玉ねぎ	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
20	水	粉ふきいも	じゃがいも	マカロニグラタン アスパラサラダ コンソメスープ ごはん	鶏肉 ツナ缶	米粉マカロニ シチューの王子様・油 砂糖・しょうゆ・油・塩・こしょう ペジタブルコンソメ・塩 米	たまねぎ・マッシュルーム缶 アスパラ・人参・コーン チンゲン菜	チャーハン お茶	米 グリーンピース 人参 油 うまい中華スープ 塩 こしょう お茶
21	木	ベビーステイック	ベビーステイック	牛肉の甘辛炒め もやしのごま和え 冬瓜の味噌汁 ごはん	牛肉 赤みそ 味噌・かつお節	みりん・料理酒・砂糖・油 砂糖・しょうゆ・白ごま 米	キャベツ・赤ピーマン・ピーマン しめじ もやし・わかめ 冬瓜・だし昆布	ホットケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 牛乳
22	金	大ぐまお泊り保育 オレンジ	オレンジ	鶏のから揚げ トマト かぼちゃサラダ みそ汁 ごはん	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒 片栗粉・油 塩・こしょう 米粉麺 米	おろし生姜 トマト きゅうり・かぼちゃ・人参 だし昆布・青ねぎ	黒糖マカロニ 牛乳	米粉マカロニ 黒砂糖 牛乳
23	土	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	豚丼 小松菜のごま和え なめこの味噌汁 ごはん	豚肉 味噌・かつお節	米・糸こんにゃく・砂糖 しょうゆ ごま・しょうゆ・砂糖 米	たまねぎ 小松菜・人参 だし昆布・なめこ	わかめおにぎり 牛乳	わかめおにぎり 牛乳
25	月	ひえぼーろ	ひえぼーろ	特製かぼちゃ焼き スナップえんどう オクラの和え物 みそ汁 ごはん	豚ミンチ	砂糖・塩・こしょう しょうゆ・みりん 米	グリーンピース・たまねぎ 赤ピーマン・南瓜 スナップえんどう おくら だし昆布・小松菜	フルーツ ポンチ お茶	みかん りんご 砂糖 お茶
26	火	南瓜煮	かぼちゃ	ホキの南部焼き ほうれん草のかつお和え ひじき煮 みそ汁 ごはん	ホキ かつお節	料理酒・しょうゆ・黒ゴマ・みりん しょうゆ・みりん しょうゆ・砂糖 米	ほうれん草 ひじき・人参・れんこん だし昆布・玉ねぎ	焼きおにぎり 牛乳	米 ニラ 人参 しょうゆ 牛乳
27	水	音楽指導 サクサク 南瓜クッキー	サクサク 南瓜クッキー	八宝菜 ウインナーソテー 中華スープ ごはん	豚肉 ウインナー	油・うまい中華スープ・しょうゆ 片栗粉 油 うまい中華スープ・塩 米	たまねぎ・白菜・パプリカ赤 キクラゲ・たけのこ水煮・絹さや おろし生姜 わかめ・コーン	ドーナツ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 油 グラニュー糖 牛乳
28	木	お誕生日会 ふかしいも	さつまいも	カレーライス (白身魚の竜田揚げ乗せ) スパゲティーサラダ オレンジ	さわら ウインナー	米・カレーの王子様・油・じゃが芋 しょうゆ・料理酒・片栗粉 米粉スパゲティー・塩・こしょう 米	人参・玉ねぎ グリーンピース ミックスペジタブル オレンジ	キャロットケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 人参 粉砂糖 パイナップル 牛乳
29	金	卒園児里帰り ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	ハンバーグ ブロッコリー ツナサラダ 味噌汁 ごはん	合ミンチ ツナ缶 味噌・かつお節	塩・こしょう・油・ケチャップ 砂糖・しょうゆ・油・塩・こしょう 米	玉ねぎ ブロッコリー きゅうり・人参・キャベツ わかめ・だし昆布	ようかん 牛乳	こしあん 寒天 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
30	土	ベビーステイック	ベビーステイック	五目米粉麺 切干大根の煮物 プチゼリー	豚肉	米粉麺・みりん・しょうゆ 砂糖・しょうゆ 米	白菜・ねぎ・干椎茸 切干大根・人参・絹さや プチゼリー	ごま塩おにぎり お茶	米 黒ゴマ 塩 お茶