

2021年九州学院みどり幼稚園 7月の予定献立

日	曜日	献立	材 料	おやつ
1	木	ごはん はっぼうさい みそしる	こめ ぶたにく、イカ、たけのこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん しいたけ、いんげん、コーン とうふ、こまつな、にんじん、えのきだけ	クッキー
2	金	ごはん とりにくのきのこソース じゃがのマヨしょうゆかけ ミネストローネ	こめ とりにく、しめじ、エリンギ、えのきだけ、たまねぎ、ピーマン、にんじん じゃがいも、ほうれんそう、コーン、ノンエッグマヨ だいた、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ウインナー、トマト	むしパン
3	土	ごもくごはん みそしる	こめ、とりにく、にんじん、ごぼう、しめじ、だいた、いんげん とうふ、たまねぎ、こまつな、にんじん、ワカメ	くだもの
5	月	ごはん さいきょうやき すのもの すましじる	こめ ホキ キャベツ、きゅうり、にんじん、ワカメ とうふ、ほうれんそう、にんじん、しめじ	やさいせ スフィン
6	火	なつやさいかレー コールスロー	こめ、とりにく、ズッキーニ、ピーマン、なす、たまねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、コーン	ごぼつから あげ
7	水	たなばたそうめん とりのてりやき コロコロやさい	そうめん、たまご、にんじん、オクラ とりにく、しょうが、にんにく じゃがいも、きゅうり、にんじん、たまねぎ、グリーンピース	クリーム サンド サ
8	木	なっとうごはん ゴーヤチャンプルー もずくスープ	こめ、なっとう ゴーヤ、ぶたにく、とうふ、にんじん、たまねぎ もずく、ちくわ、にんじん、ねぎ	ルパイ きんナ ツ んブ スフィン
9	金	☆ 7 が つ う ま れ た ん じ ょ う か い ☆ チキンライス/フライドフィッシュ マカロニサラダ/コンソメスープ カップケーキ	こめ、とりにく、たまねぎ、しめじ、コーン、グリーンピース/ホキ、パン マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン、ノンエッグマヨ/キャベツ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん とうふ、はくりきこ、とうにゅう	フ レ エ ク あ スフィン
10	土	スパゲッティミートソース たまごいりやさいスープ	スパゲッティ、ぶたにく、たまねぎ、にんじん、しめじ、トマト じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、たまご	くだもの
12	月	ハヤシライス あおなのごますあえ	こめ、ぶたにく、たまねぎ、しめじ、トマト ほうれんそう、もやし、にんじん、ごま	マ カ ロ ニ き フ ォ ーク
13	火	パン とうにゅうシチュー スパゲッティサラダ	ロールパン とりにく、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、とうにゅう スパゲッティ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、コーン、ノンエッグマヨ	お に ぎ り
14	水	ごはん さかなのこうみやき なすのソースに みそしる	こめ ホキ、ねぎ、しょうが、にんにく、ごま なす、たまねぎ、にんじん、ぶたにく あつあげ、キャベツ、にんじん	お や き
15	木	ごはん マーボとうふ ぶたもやしスープ	こめ とうふ、ぶたにく、とりにく、たまねぎ、ピーマン、にんじん ぶたにく、もやし、みずな	か り か り い り

日	曜日	献立	材 料	おやつ
16	金	ごはん ミートボールのトマトに もやしのソテー みそしる	こめ ぶたにく、とりにく、たまねぎ、パンこ、トマト、にんじん、しめじ、ブロッコリー もやし、ピーマン、ベーコン とうふ、ほうれんそう、えのきだけ、にんじん	むし パン
17	土	チャーハン パインのヨーグルトかけ	こめ、やきぶた、たまご、にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン パイナップル、ヨーグルト	くだ もの
19	月	カレーライス だいこんサラダ	こめ、とりにく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン だいこん、ツナ、きゅうり、ノンエッグマヨ	ジク ヤラ ムツ サカ ン
20	火	♪ べんとうび ♪		ヨー グル ト ス フ ィ ン
21	水	ごはん さかなのあけぼのやき ひじきのいために みそしる	こめ ホキ、にんじん、たまねぎ、ノンエッグマヨ ひじき、ごぼう、にんじん、こんにゃく、ぶたにく とうふ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん	だい す あ ま ス フ ィ ン
24	土	やきうどん かぼちゃのいとこに	うどん、ぶたにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しいたけ かぼちゃ、あずき	くだ もの
26	月	ぶたどん だいこんときゅうりのすのもの ごもくじる	こめ、ぶたにく、しいたけ、たまねぎ、ピーマン だいこん、きゅうり、ワカメ、ごま とうふ、しめじ、にんじん、ごぼう、こまつな	バ グ ナ ル ト ヨ ー ス フ ィ ン
27	火	ごはん じゃがいものそぼろに はるさめサラダ	こめ じゃがいも、たまねぎ、しめじ、ピーマン はるさめ、きゅうり、にんじん、コーン、ハム、ノンエッグマヨ	り ん ご せ ス フ ィ ン
28	水	ごはん さかなのしょうがに ほうれんそうのとさあえ きのこじる	こめ サバ、しょうが ほうれんそう、にんじん しめじ、しいたけ、えのきだけ、とうふ、たけのこ	もち もち ち ち ぱ
29	木	ごはん ジャージャンとうふ もやしのナムル	こめ あつあげ、ぶたにく、キャベツ、たけのこ、ピーマン、しいたけ、ねぎ もやし、きゅうり、にんじん、ごま	む し ま ん う ん
30	金	ごはん にくじゃが みそしる	こめ ぶたにく、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、いんげん、しいたけ キャベツ、とうふ、にんじん、ワカメ	プ リ ン ス フ ィ ン
31	土	やきそば さつまいものオレンジに	やきそばめん、ぶたにく、キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かまぼこ さつまいも、みかんジュース	くだ もの