7日・・・七夕&お誕生日会 19日・・・新メニュー☆



なかよし保育園

日付	献立	熱と力に なるもの	血肉骨に なるもの	体の調子を 整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
	ごはん	米				/١	抹茶のマドレーヌ
7/1 (金)	豚のしょうが炒め	油	豚肉	キャベツ 人参 しめじ しょうが	醤油 みりんきび糖	イナップル	薄力粉 きび糖 バター(乳)
			かつお節	オクラ 人参 もやし	醤油 みりん		卵 ベーキングパウダー 抹茶 バニラエッセンス
	もずくのすまし汁			もずく しいたけ 玉ねぎ 小松菜	醤油 みりん		————————————— 牛乳
	ごはん	*			/8		市販のパン
7/2	 カレイの梅焼き		カレイ	梅干し	醤油 みりん	オレンジ	カスタードリング(卵・乳)
(土)	切干大根の煮物		薄揚げ	切干大根	醤油 みりん		
	ごぼうのみそ汁			ごぼう えのき 人参	みそ		
	親子丼	*	鶏肉 卵	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ	醤油 みりん	プチゼリー	市販のお菓子
7/4	キャンディーチーズ		キャンディーチーズ(乳)		醤油 みりん		ミレービスケット(サンコー)
(月)	具たくさん汁		豆腐	大根 人参 えのき わかめ	醤油 みりん		
] ",				7.12 7.13 7.13 1.13	冶		 牛乳
	パン	黒糖ロール(乳)					そうめん
7/5	ナケのコーンマヨ焼き	マヨネーズ(卵)	サケ	コーン コーンクリーム パセリ	酒塩	ピオー	そうめん ささみ ねぎ
(火)	ひじきのマリネ	オリーブ油		ひじき パプリカ きゅうり	醤油 きび糖		めんつゆ
	ほうれん草のスープ	3 7 7/16		ほうれん草 玉ねぎ エリンギ	ゴンソメ	ネ	 牛乳
	ごはん	*		37,004 2400 255			フルーツポンチ
7/0	チンジャオロース	ごま油	牛肉	玉ねぎ ピーマン パブリカ にんにく	中華味 醤油 きび糖 オイスターソース	す	りんご 白桃缶 みかん缶
7/6 (水)	もやしのナムル	ごま油	薄揚げ	もやし、人参、ほうれん草	醤油 きび糖	() t)	パイン缶 きび糖
(/3 1/	卵の中華スープ	СФЖ	9D	しめじ キャベツ	酢 中華味	か	 牛乳
	七夕ちらし寿司	米油	90	人参 しいたけ れんこん 刻みのり	醤油 きび糖酢 塩		色まんじゅう
7/7	キスの天ぷら	天ぷら粉(卵) 油	キス	75 OU 1/217 1 1/10/2/10 2/30/2009	酢 塩 塩 酒	/ \ <u>`</u>	色まんじゅう
7/7 (木)	とうもろこし	人(3)の(4)(4)(4)(4)(4)(4)(4)(4)(4)(4)(4)(4)(4)(7.	とうもろこし	<u>—</u> —	ナ	
七夕	天の川スープ	そうめん		オクラ えのき	酒 みりん	ナ	白ぶどうとほうれん草のジュース
誕生日会)	冷やし中華	中華麺 油	ロースハム(卵・乳) 卵	きゅうり もやし	選油 酢 醤油	オレンジ	韓国風おにぎり
7.0			ツナ	チンゲン菜 パプリカ エリンギ	きび糖 醤油 みりん		米 韓国のりフレーク
7/8 (金)	チンゲン菜の炒め物	油	97	テンケン集 ハンウカ エウンキ	醤油 みりん		いりごま 醤油 ごま油
(312)							
<u> </u>	ごはん	米				フグ ルレ ーー ツプ	市販のパン
7/0	サケの西京焼き	木	サケ		白みそ きび糖		アップルデニッシュ(卵・乳)
7/9 (土)	小松菜の煮びたし				みりん 酒醤油 みりん		
(/		來土	薄揚げ	小松菜 しいたけ 人参	醤油 みりん		上 回
	数のすまし汁 わかめごはん	麩 米 いりごま		玉ねぎ わかめ わかめ	塩	パ	生乳 クロワッサン風
	豚肉と厚揚げのみそ炒め		医内 原担げ		みそ きび糖		プログッサン風 パイシート(乳) 卵
7/11	ポテトサラダ	油 じゃがいも	豚肉 厚揚げ	キャベツ 人参 なす	醤油 酒塩		グラニュー糖
(/)/		マヨネーズ(卵)		きゅうり 人参	中華味		井 剅
	もやしの中華スープ	N/		もやし ニラ コーン	中華味		牛乳のながり
7/10	ごはん アジの蒲焼き	米 薄力粉	アジ		醤油 みりん		みかんゼリー 寒天ゼリーの素 みかん缶
7/12 (火)	チンゲン菜のお浸し	海刀初	薄揚げ	チンゲン菜 もやし 人参	酒 醤油 みりん		
	キャベツのみそ汁		海揚り	キャベツ しめじ 人参	みそ		
	ごはん	N/		キャベラ しめし 大参	みて	メロン	
7/13 (水)	-	米	医内	玉ねぎ 人参 しいたけ ピーマン	ケチャップ 酢		クリームジャムサンド 食パン クリームチーズ(乳)
	酢豚もずく酢	油 片栗粉	豚肉		ケチャップ 酢醤油 きび糖		いちごジャム きび糖
		じゃがいも		もずく 大根 きゅうり	酢		片 図
7/14 (木)	ニラの中華スープ			-/ ⁻ /	中華味	, , , ナ	牛乳 コーグルト/市販のお菓子
	ごま塩おにぎり	米 いりごま	#D=	+# 10#	塩 醤油 きび糖		ヨーグルト/市販のお菓子
	サワラのおろしポン酢かけ	2th 1 1 1 to 1 1 to	サワラ	大根ねぎ	酢		星食べよ
	ボテトときのこのソテー	油 じゃがいも		エリンギ しめじ 人参	醤油 みりん		±/☆
7/15 (金)	しいたけのすまし汁	/=== 		しいたけ 人参 みつば	酒	- フグ ルレ - 11 - ツプ	お茶
	パン	イエローパン(乳)	vé do	Th# 14 -11.# P =	醤油 みりん		ビビンバ風混ぜごはん ※ 牛肉 人参 もやし ほうれん草
	鶏のマーマレード煮		鶏肉	玉ねぎ 人参 エリンギ グリンピース	羅油 みりん マーマレードジャム きび糖 酒 醤油 きび糖		卵 ごま油 酒 ごま油 中華味 醤油 きび糖 油
	キャベツのマリネ	オリーブ油	ツナ	キャベツ パプリカ コーン	酢		
<u> </u>							牛乳

(立)	日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨に なるもの	体の調子を 整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
17.16		ごはん						市販のお菓子
Table	1 1 1 1 1 1	 カレイのねぎ焼き		カレイ	ねぎ	醤油 みりん	オレンジ	畑のクラッカー(サンコー)
## (月)					もやし 人参 きゅうり 塩昆布	醤油 みりん		
77				薄揚げ	えのき 人参	みそ		牛乳
7/19 次型のできます 20mm					海の日			
大きの中の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の		ごはん					デ	
20		☆とりザンギ☆		卵 鶏肉	にんにく しょうが	醤油 みりん		
日本の	(火)	人参しりしり	油	ツナ 卵	人参 もやし	醤油 みりん	エ	
7/20 7/20 音楽機等 9/3 にんにく しょうが 1 m 20/2 できかんチャンブルー 20 そうめんチャンブルー 20 を 1 m 20 m		えのきのみそ汁		豆腐	えのき 玉ねぎ わかめ	みそ		お茶
(インの		ごはん	*				ĺ١	
次の そうめんチャンブルー 数 そうめん でやし 人家 ビーマン 転換 かん か キリ トライン イエローバッツ トライン イエローバッツ トライン イエローバッツ トライン イエローバッツ トライン トライン トライン トライン イエローバッツ トライン		サバの香味焼き		サバ	にんにく しょうが			玉ねぎ ベーキングパウダー
ASS	(水)	そうめんチャンプルー	油 そうめん		もやし 人参 ピーマン			メーブルシロップ 油 塩
7/21 (木) かぼちゃのサラダ マヨネーズ側 かぼちゃ きゅうり コーン ま ファック かぼうゃのサラダ マヨネーズ側 かぼちゃ きゅうり コーン ま ファック からことん うどん なめこ わかめ 大泉 かんごま しまく からいの ま カラ から ちくわの 微型掛げ き 天が5m (の) ちくわ 前のり アイス からい あいま からい カログ		なめこのすまし汁			玉ねぎ なめこ 小松菜	醤油 みりん 酒		
7/21 キッシュ風な人ンツ 国 じゃかいも 前ヶ子宮。 知音 人参 エリンギ グリンピース コンパメ 中乳 日からから 高から 大塚 カスカ ほうしゃかい からかっき かっかっ カス 日本 カスカ ほうしゃかい からかっき かっかっ カスカ ほうしゃかい からかっき かっかっ カスカ ほうしゃかい からかっき かっかっ からかっき かっかっ からかっき かっかっ からかっから おおか からかっから おおか おおから からかっから おおから からかっから からから から		パン	イエローパン(乳)					
1		キッシュ風オムレツ	油 じゃがいも	卵 豚挽肉 粉チーズ(乳)	玉ねぎ 人参 ほうれん草	コンソメ ケチャップ	ナ	米 しらす わかめ いりごま 塩
日乳スープ 日乳の 日	(木)	かぼちゃのサラダ	マヨネーズ(卵)		かぼちゃ きゅうり コーン	塩		
Total To		豆乳スープ		豆乳	人参 エリンギ グリンピース	コンソメ		牛乳
7/25 (余)		なめこおろしうどん	うどん		なめこ わかめ 大根	めんつゆ	フグ	
第の際的焼き丼 米		ちくわの磯辺揚げ	油 天ぷら粉(卵)	ちくわ	青のり		ルレ	
7/23 現の際り焼き丼 米	(金)							
100000 1000000 1000000 1000000 1000000 1000000 1000000 10000000 10000000 100000000								ジョアプレーン(乳)
(7/25 別のできし汁 甚		鶏の照り焼き丼	*	鶏肉	玉ねぎねぎ	醤油 みりん	1.10	
(五) 数のすまし汁 数		かぼちゃの煮物			かぼちゃ 絹さや		ナ	ストロベリーツイスト(乳・卵)
Tido		麩のすまし汁	麩		玉ねぎ しいたけ 人参	醤油 みりん酒		
7/25 サケの塩麹焼き サケ 塩酸 男 大き れんこん しいだけ グリンピース 超過 みりん 表記 きずく しめじ ねぎ みそ 本乳 素別 きび 中乳 本乳 を見 かりん まねぎ もずく しめじ ねぎ みそ 本乳 を見 かりん まねぎ もずく しめじ ねぎ みそ 本乳 を見 かりん とーマンとちくわの炒め物 ごま油 ちくわ ピーマン もやし 赤パブリカ 超過 みりん シングス スプナゼリー スシアベス カレイのムニエル シャーマンボテト 油 じゃがいも ベーコン(乳・卵) 玉ねぎ 人参 コンソメ ヴィーマンボテト 油 じゃがいも ベーコン(乳・卵) 玉ねぎ 人参 コンソメ けっちん草 コンソメ カンガ きゅうりん オカラの中華スープ まね 豚肉 豆腐 卵 ゴーヤ 玉ねぎ 人参 しめじ 超過 かりん 海部 きび かりん まま いのごま まま いのごま きゅうり バブリカ 優別 きび かっち かまちゃ イター(引) さび ボットケーキミックス 卵 大果粉 郷むね 玉ねぎ 赤パブリカ ピーマン 課金 さび キ乳 ボットケーキミックス 卵 大果粉 郷むね 玉ねぎ 赤パブリカ ピーマン 調 はまり カット カット カット・カーミックス 卵 大果粉 郷むね 玉ねぎ 赤パブリカ ピーマン 調 カーグルト/市販のお菓子 ファブルト(別) はりんこう カット カット カット カット カット カット カット カット カット・カー・ファ カット カット カット カット・カット・ファ カット・カット・カット・カット・カット・カット・カット・カット・カット・カット・								
(月)		-	*				オーネーオレン	
大学 (かん) (かん) (かん) (かん) (かん) (かん) (かん) (かん)								
7/26	(円)			高野豆腐 卵				나피
7/26 ビーマンとちくわの炒め物 ごま油 ちくわ ビーマン もやし 赤パブリカ 製油 みのん オレッジ 中乳 (火) カレイのムニエル (スラー県) カレイ (水) ジャーマンボテト 油 じゃがいも ベーコン(乳・卵) 玉ねぎ 人参 コーン ほうれん草 コンソメ 中乳 (木) 高油 みりん 油 じゃがいも ベーコン(乳・卵) 玉ねぎ 人参 コーン ほうれん草 コンソメ 中乳 (木) 石			カレールウ(乳)	#.#h				
(火)						ł		
イン		ヒーマンころくわの炒め物	こま油	550	ピーマン もやし 赤ハフリカ	醤油 みりん		
7/27 (水) カレイのムニエル	() ()							<u></u> 牛乳
(水) ジャーマンボテト 油 じゃがいも ベーコン(乳・卵) 玉ねぎ 人参 コンソメ 中乳 ではん 米 ア/28 (木) 香雨サラダ ではん 米 アクラウェ オクラ もやし えのき 中華味 アア ははん 米 タラの南蛮漬け 片栗粉 鶏むね 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 みりん 原揚げの炒め物 油 厚揚げ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 みりん かかん 酒 中華丼 米 片栗粉 豚肉 白菜 人参 しいたけ 中華味 である カウム カスター カスター カスター カスター カスター カスター カスター カスター		パン	ハニーロール(乳)					
(水) ジャーマンポテト 油 じゃがいも ペーコン(乳・卵) 玉ねぎ 人参 コンソメ 十乳 7/28 ごはん 米 - マラウ ほうれん草 アラウ がぼちゃのマフィン がぼちゃ パター(乳) きび糖 が カワル 着品 きゅうり バブリカ 一 マラウ がぼちゃ パター(乳) きび糖 ボットケーキミックス 卵 がぼちゃ パター(乳) きび糖 ボットケーキミックス 卵 がぼちゃ パター(乳) きび糖 ボットケーキミックス 卵 がばめん こま油 かりん 酒 塩油 きび糖 作 塩酸 カワル 温油 きび糖 作 塩酸 カワル 温油 きび かり 塩油 きび かり 塩油 かりん 酒 塩油 かりん 酒 はり かりん 酒 かりん ご かん ご かん ガー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	7/27	カレイのムニエル	バター(乳) 薄カ粉	カレイ	パセリ	酒 塩		
ほうれん草のスープ		ジャーマンポテト		ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ 人参	コンソメ		泄
7/28 (木) ゴーヤチャンブルー ごま油 「いりごま		ほうれん草のスープ			人参 コーン ほうれん草	コンソメ		牛乳
7/28 (木) ゴーヤチャンプルー ごま油 豚肉 豆腐 卵 ゴーヤ 玉ねぎ 人参 しめじ 醤油 みりん 酒畑 きび糖 酢 カワク 頭油 きび糖 酢 カワク の中華味 フクラの中華スープ オクラ もやし えのき 中華味 中華味 中華味 中期・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		ごはん	*				ラ	かぼちゃのマフィン
(木) 春雨サラダ こま油 いりごま 情報 きゅうり パブリカ 醤油 きび糖 酢 プェ ア オクラの中華スープ オクラ もやし えのき 中華味 牛乳 7/29 (金) ごはん 米 ニねぎ 赤パブリカ ピーマン 講演 きび聴 市 塩瀬 吉び聴 市 塩瀬 吉び 下 塩瀬 吉び 下 塩瀬 吉び 下 塩瀬 吉び 下 塩瀬 古 大 塩油 みりん しいたけ 大根 みつば 調油 みりん 酒 かん こ カーグルト(乳) はりんこ カーグルレーマン 日本財 本 大 千 栗粉 豚肉 白菜 人参 しいたけ 中華味 日本		ゴーヤチャンプルー	ごま油	豚肉 豆腐 卵	ゴーヤ 玉ねぎ 人参 しめじ	醤油 みりん		かぼちゃ バター(乳) きび糖 ホットケーキミックス 卵
オクラの中華スープ オクラ もやし えのき 中華味 ア 牛乳		春雨サラダ	ごま油 いりごま 春雨		きゅうり パプリカ	醤油 きび糖 酢	I	
7/29 (金) とりの南蛮漬け 片栗粉 鶏むね 玉ねぎ 赤パプリカ ピーマン 醤油 きび糖 作 塩麹 酒 醤油 みりん 醤油 みりん 塩油 カウム カウム 塩油 カウム		オクラの中華スープ			オクラ もやし えのき	中華味	ア	牛乳
(金) 万米村 類とは 監社会 がパラカ ピーマン 酢 塩麹 酒 日かり 日本 カウム 酒油 カウム コーロー コーロー コーロー コーロー コーロー コーロー コーロー コーロ		ごはん	*				٠Ū١	ヨーグルト/市販のお菓子
(金) 厚揚げの炒め物 油 厚揚げ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 みりん しいたけのすまし汁 しいたけ 大根 みつば 醤油 みりん 中華丼 米 片栗粉 豚肉 白菜 人参 しいたけ 中華味 醤油 みりん 酒 もやしの中華スープ もやし わかめ 玉ねぎ 中華味 ・ ・ ・ ・ ・ ・	7/29	とりの南蛮漬け	片栗粉	鶏むね	玉ねぎ 赤パプリカ ピーマン	醤油 きび糖 酢 塩麹 酒		
マーザ マー		厚揚げの炒め物	油	厚揚げ	玉ねぎ 人参 チンゲン菜			10.970C
7/30 (土) 「中華スープ 「もやしの中華スープ 「もやし わかめ 玉ねぎ 「中華味 」 リー リー リー リー ツブ リんごジャムサンド(乳)		しいたけのすまし汁			しいたけ 大根 みつば	醤油 みりん		お茶
7/30 もやしの中華スープ もやし わかめ 玉ねぎ 中 ^{単味} ルレ I I I ツブ		中華丼	米 片栗粉	豚肉	白菜 人参 しいたけ	中華味 醤油みりん 酒	ルレート	
(土) コープログラス コープログラー コ		もやしの中華スープ			もやし わかめ 玉ねぎ			りんごジャムサンド(乳)
								牛乳