

ひまわりやすにしこども園

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	
15	金	パン	さけのタルタルソース焼き きゅうりのごま和え ジュリアンスープ ☆牛乳・フルーツ盛り合わせ	鮭 ツナ缶 ウインナー 牛乳	油・マヨネーズ ごま・砂糖 春雨	人参・玉葱・パセリ きゅうり 人参・大根・えのき・玉葱・セロリ・豆苗 果物
16	土			お弁当の日		 果物
19	火	ご飯	こいわしの天ぷら ツナときゅうりの酢の物 なすのみそ汁 ☆フルーツヨーグルト	こいわし ツナ・わかめ 豆腐・みそ・煮干し・油揚げ ヨーグルト・スキムミルク	揚げ油・小麦粉 砂糖	きゅうり・人参 なす・玉葱・葱 フルーツ缶
20	水	ご飯	八宝菜 五色ナムル フルーツ 牛乳・焼きとうもろこし・昆布	豚肉・うずら卵・えび 牛乳・昆布	油・片栗粉・砂糖 ごま油	玉葱・白菜・人参・コーン・ピーマン・干し椎茸 人参・キャベツ・ほうれん草・もやし・コーン 果物 とうもろこし
21	木	ご飯	カレー豆腐 ひじきサラダ フルーツ ☆牛乳・シュガートースト	豆腐・豚肉 ハム・ちりめん・ひじき 牛乳	カレールウ・片栗粉 ごま・砂糖 砂糖・食パン・マーガリン	玉葱・人参・生椎茸・グリーンピース 小松菜 果物
22	金	ご飯	豚肉のみそ炒め 切干大根の甘酢和え フルーツ ☆牛乳・コーンフレーク・チーズ	豚肉・みそ ハム 牛乳・チーズ	油・砂糖 ごま・砂糖 コーンフレーク	人参・玉葱・キャベツ・ピーマン 切干大根・人参 果物
23	土	そうめん	そうめん 人参とさつま揚げのきんぴら ☆牛乳・お菓子・フルーツ	えび・卵・蒲鉾 さつま揚げ 牛乳	そうめん 油・ごま お菓子	玉葱・きゅうり・葱・干し椎茸 人参 果物
25	月	ご飯	麻婆なす 小松菜のおひたし フルーツ ☆牛乳・青のりポテト	合いびき肉・豆腐・みそ 鰹節 牛乳・青のり	油・砂糖・ごま・ごま油・片栗粉 フレンチポテト・油	人参・玉葱・なす・葱 人参・小松菜・キャベツ 果物
26	火	ご飯	夏野菜カレー りっちゃんサラダ フルーツ お誕生日パフェ	ウインナー・スキムミルク ハム・鰹節・塩昆布 牛乳・鶏卵	油・カレールウ 油・砂糖 HM・コーンフレーク・バニラアイス	かぼちゃ・なす・玉葱・いんげん キャベツ・きゅうり・コーン・人参・ミニトマト 果物
27	水	ご飯	ハッシュドビーフ キャベツとレーズンのサラダ フルーツ ☆牛乳・フルーチェ・お菓子	牛肉 牛乳	ハヤシルウ・砂糖 油・砂糖 お菓子・フルーチェの素	玉葱・人参・しめじ・グリーンピース・ホールトマト キャベツ・きゅうり・人参・干しぶどう 果物 フルーツ缶
28	木	ご飯	白身魚の味噌焼き いんげんのごま和え 冬瓜スープ ☆牛乳・マシュマロクリスピー	白身魚・みそ えび 牛乳	砂糖 ごま・砂糖 片栗粉 マシュマロ・マーガリン・コーンフレーク	葱 いんげん・人参 冬瓜・人参・干し椎茸・葱
29	金	ご飯	ボークチャップ マカロニサラダ フルーツ ☆牛乳・枝豆・ゼリー	豚肉 牛乳	油 マカロニ・マヨネーズ ゼリー	ピーマン・玉葱・人参 きゅうり・キャベツ・コーン・人参 果物 枝豆
30	土	パスタ	トマトスパゲッティ 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	ベーコン・ウインナー 青のり 牛乳	スパゲッティ・油・ケチャップ じゃが芋 お菓子	玉葱・人参・しめじ・ピーマン・トマト缶 果物

※ 7日・11日…包丁練習(ゆり組)
※ 29日…枝豆のさやもぎ(ひまわり組)

※20日…とうもろこしの皮むき(すみれ組)