

令和5年7月の献立予定表

なるにつこ認定こども園

泉南市健康子ども部保育子ども課

日	曜	献立名	食品名	3時の間食
1 29	土	豚丼 煮浸し・すまし汁	(豚肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ) (白菜、にんじん)(さつまいも、たまねぎ、にんじん、小松菜)	菓子 牛乳
3 31	月	鮭のホイル焼き キャベツ炒め・味噌汁	(生鮭、しめじ、えのき、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜、もやし) (ホットケーキミックス、豆乳、モロヘイヤ、マーガリン、りんごジャム) (キャベツ、にんじん、鶏ささみ)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、豆苗、味噌)	モロヘイヤ蒸しパン 牛乳
4 18	火	酢鶏 おかか和え・もずくスープ	(鶏肉、にんじん、たまねぎ、ピーマン、黄パプリカ、赤パプリカ、なす、片栗粉、ケチャップ) (白菜、きゅうり、にんじん、かつお節)(もずく、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、椎茸)	菓子 飲むヨーグルト
5 19	水	豚肉の生姜焼き・温キャベツ ごま和え・味噌汁	(豚肉、たまねぎ、土しょうが)(キャベツ) (小麦粉、豆乳、国産レモン、マーガリン) (小松菜、きゅうり、にんじん、すりごま)(豆腐、たまねぎ、にんじん、しめじ、わかめ、味噌)	さつぱりケーキ 牛乳
6 20	木	鯖の竜田揚げ・付け合わせ 甘酢和え・とうもろこしのスープ	(生鯖、土しょうが、片栗粉)(ブロッコリー) (強力粉、プレーンヨーグルト、マーガリン) (春雨、きゅうり、にんじん)(とうもろこし、たまねぎ、じゃがいも、豆乳)	ヨーグルトパン 牛乳
7	金	お星さまハンバーグ・付け合わせ コールスロー・天の川スープ	(星型ハンバーグ)(じゃがいも、ブロッコリー、にんじん) (食パン、いちごジャム) (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コールスロードレッシング)(ピーマン、にんじん、オクラ)	ジャムサンド 牛乳
21	金	ハンバーグ・付け合わせ コールスロー・春雨スープ	(豚挽肉、大豆水煮、たまねぎ、にんじん、ピーマン、片栗粉)(じゃがいも) (食パン、いちごジャム) (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コールスロードレッシング)(春雨、にんじん、オクラ)	ジャムサンド 牛乳
8 22	土	チキンライス 野菜スープ・果物	(鶏肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ) (かぼちゃ、たまねぎ、レタス、ねぎ)(国産りんご)	菓子 牛乳
10 24	月	なすのチーズ焼き にんじんしりしり・味噌汁	(なす、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、シチュールウ、ピザ用チーズ)(スイートコーン) (にんじん、豆苗、ツナ水煮)(なめこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ、味噌)	スイートコーン 菓子・牛乳
11 25	火	バジルチキン・温キャベツ ゆかり和え・味噌汁	(鶏肉、バジル、にんにく)(キャベツ) (ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、純ココア) (もやし、きゅうり、にんじん、ゆかり)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、チンゲン菜、味噌)	手作りスコーン 牛乳
12 26	水	煮魚・味噌汁 ひじきの炒り煮	(赤魚)(白菜、たまねぎ、さつまいも、にんじん、えのき、ツナ水煮、味噌) (ひじき、にんじん、糸こんにゃく、ピーマン、油揚げ) (ホットケーキミックス、豆乳、かぼちゃ)	かぼちゃドーナツ 牛乳
13 27	木	冷やしうどん かぼちゃのそぼろあん・果物	(細うどん玉、豚肉、きゅうり、にんじん、コーン缶、椎茸、オクラ) (ごはん、キャベツ、ねぎ、土しょうが、かつお節、青のり) (かぼちゃ、鶏挽肉、たまねぎ、にんじん、土しょうが、片栗粉)(バナナ)	たこやきおにぎり お茶
14 28	金	タンダーフィッシュ・温キャベツ もみ漬け・味噌汁	(タラ、プレーンヨーグルト、カレー粉、土しょうが、にんにく、ケチャップ)(キャベツ) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(豆腐、たまねぎ、トマト、油揚げ、椎茸、味噌)	菓子 牛乳
15	土	中華風丼 煮浸し・すまし汁	(豚肉、白菜、たまねぎ、にんじん、椎茸、チンゲン菜、片栗粉) (キャベツ、にんじん)(さといも、たまねぎ、にんじん、ねぎ)	菓子 牛乳