

7月の幼児食献立

日にち	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 1材料のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	7大アレルギー	Kcal
2日	月	ごはん サーマンフライ 大根と大豆の煮物 ほうれん草のお浸し コーンサラダ	ます、大豆	精白米、小麦粉、パン粉、油、砂糖、フレンチドレッシング	大根、人参、ほうれん草、もやし、コーン、スッキーニ、パプリカ	小麦	424
3日	火	ごはん チキンハヤシ風 青梗菜と彩り豆の中華炒め わかめの和え物 コールスローサラダ	鶏肉、ミックスビーンズ	精白米、油、ハヤシチューの素、イタリアンドレッシング	玉ねぎ、青梗菜、人参、わかめ、もやし、キャベツ、きゅうり、カリフラワー		441
4日	水	ごはん さわらの漬焼き 鶏肉の竜田揚げ 白菜のお浸し ポテトサラダ	さわら、鶏肉	精白米、じゃが芋、砂糖、マヨネーズ	白菜、きゅうり、コーン、パプリカ		428
5日	木	ミートソーススパゲッティ もやしとツナの炒め物 小松菜のナムル風 オニオンサラダ	合ひき肉、ツナ	スパゲッティ、片栗粉、油、ハヤシチューの素、サウザンドレッシング	トマト、玉ねぎ、もやし、パプリカ、小松菜、人参、玉ねぎ、きゅうり、コーン	小麦	427
6日	金	ごはん 豚肉のカレー風味炒め ごぼうと油揚げの煮物 きゅうりのおろし和え かぼちゃサラダ	豚肉、油揚げ	精白米、油、砂糖、カレールー、マヨネーズ	玉ねぎ、ごぼう、人参、きゅうり、大根、かぼちゃ、カリフラワー、パプリカ		419
9日	月	ごはん 鶏肉のトマト煮 白菜と彩り豆の炒め物 大根の煮物 ポテトサラダ	鶏肉、ミックスビーンズ	精白米、じゃが芋、油、砂糖、マヨネーズ	玉ねぎ、トマト、白菜、パプリカ、大根、人参、きゅうり、コーン		424
10日	火	ごはん たらの味噌焼き パプリカ入りハンバーグ キャベツのお浸し コーンサラダ	たら、豚ひき肉、味噌	精白米、パン粉、油、イタリアンドレッシング	パプリカ、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、コーン、人参、カリフラワー	小麦	441
11日	水	ごはん 厚揚げの中華炒め ツナ入りかぼちゃコロッケ 青梗菜のお浸し コールスローサラダ	厚揚げ、ツナ	精白米、小麦粉、パン粉、片栗粉、油、砂糖、フレンチドレッシング	白菜、人参、かぼちゃ、青梗菜、玉ねぎ、キャベツ、コーン、カリフラワー	小麦	424
12日	木	ごはん 赤魚の煮付 ごぼうと油揚げの煮物 ポテトフライ ポパイサラダ	赤魚、油揚げ	精白米、じゃが芋、砂糖、和風ドレッシング	ごぼう、人参、きゅうり、ほうれん草、カリフラワー、コーン		415
13日	金	ごはん 鶏肉のコーンシチュー風 白菜とツナの炒め物 きゅうりの味噌和え わかめサラダ	鶏肉、ツナ、味噌	精白米、油、コーンシチューの素、和風ドレッシング	玉ねぎ、白菜、パプリカ、きゅうり、わかめ、カリフラワー、きゅうり		417
17日	火	ごはん 鶏肉の竜田揚げ ひじきと大豆の煮物 白菜のお浸し カリフラワーサラダ	鶏肉、大豆	精白米、片栗粉、砂糖、サウザンドレッシング	ひじき、ごぼう、人参、白菜、きゅうり、カリフラワー、コーン、パプリカ		419
18日	水	ごはん ますのみりん焼き 青梗菜と油揚げの炒め物 じゃが芋の煮物 コールスローサラダ	ます、油揚げ	精白米、じゃが芋、油、砂糖、フレンチドレッシング	青梗菜、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、コーン		424
19日	木	ごはん ポークカレー 白菜とツナの炒め物 ほうれん草のお浸し ポテトサラダ	豚肉、ツナ	精白米、じゃが芋、油、カレールー、マヨネーズ	玉ねぎ、白菜、パプリカ、ほうれん草、もやし、人参、ブロッコリー		425
20日	金	ごはん さわらのラビゴット風ソースがけ 小松菜入りかぶせ焼売 わかめの和え物 コーンサラダ	さわら、鶏ひき肉	精白米、焼売の皮、油、砂糖、サウザンドレッシング	玉ねぎ、パプリカ、小松菜、もやし、わかめ、カリフラワー、コーン、キャベツ、きゅうり	小麦	419

2018 年 7 月

みらいっこきっす様

7月の幼児食献立

日にち	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 1kg ¹ のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	7大アレルギー	Kcal
23日	月	ごはん たらトマトソースがけ 肉じゃがコロッケ 白菜のお浸し 大根サラダ	たら、鶏肉	精白米、じゃが芋、小麦粉、パン粉、油、砂糖、和風ドレッシング	玉ねぎ、トマト、人参、白菜、きゅうり、大根、コーン、パプリカ	小麦	423
24日	火	ごはん 厚揚げの中華煮 もやしとツナの炒め物 さつま芋の煮物 コーンサラダ	厚揚げ、ツナ	精白米、さつま芋、油、片栗粉、イタリアンドレッシング	白菜、玉ねぎ、人参、もやし、パプリカ、コーン、カリフラワー、きゅうり		425
25日	水	ごはん 豚肉のクリーム煮 白菜と油揚げの炒め物 小松菜のナムル風 キャロットサラダ	豚肉、油揚げ	精白米、油、シチューの素、フレンチドレッシング	玉ねぎ、白菜、パプリカ、小松菜、もやし、人参、カリフラワー、コーン		426
26日	木	ごはん 赤魚の竜田揚げ じゃが芋と彩り豆のトマト煮 もやしの中華おえ コールスローサラダ	赤魚、ミックスビーンズ	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、砂糖、サウザンドレッシング	もやし、きゅうり、キャベツ、コーン、パプリカ		436
27日	金	ごはん 豚肉のおろし煮 青梗菜とツナの炒め物 ひじきの煮物 カリフラワーサラダ	豚肉、ツナ	精白米、油、砂糖、和風ドレッシング	玉ねぎ、大根、青梗菜、もやし、ひじき、ごぼう、カリフラワー、人参、コーン		433
30日	月	ごはん 鶏肉のカレー風味炒め 厚揚げの煮物 小松菜のお浸し コーンサラダ	鶏肉、厚揚げ	精白米、油、砂糖、カレールー、フレンチドレッシング	玉ねぎ、人参、小松菜、もやし、コーン、パプリカ、ズッキーニ		433
31日	火	ごはん さわらの塩焼き 大根のそぼろ煮カレー風味 キャベツのお浸し さつま芋サラダ	さわら、豚ひき肉	精白米、さつま芋、片栗粉、油、カレールー、マヨネーズ	大根、人参、キャベツ、きゅうり、カリフラワー、パプリカ		433

弊社で使用しておりますドレッシング・マヨネーズはすべて卵・乳不使用のものになります。

また、ハンバーグ・フライにつきましても牛乳、卵不使用となっております。

魚は骨取りを使用しておりますが、まれに小骨が入っている場合もございます

また、鶏肉につきましてもまれに軟骨、小骨がある場合もございますので、喫食時にはご注意ください。

※7大アレルギーについて... 醤油に含まれる(小麦)の表記は控えさせて頂いております

5日と19日は温かいメイン料理でご提供いたします。

※ 仕入れの状況により、献立の内容が一部変更する場合がありますので、ご了承ください。