

# サンタマリア幼稚園 7月献立表

ひにち	こんだて	赤(あか)	緑(みどり)	黄(き)	調味料 等
		おもに体をつくるものになる食品	おもに体の調子を整えるものになる食品	おもにエネルギーのものになる食品	
1(金)	とりのまーまれーどやき にくじゃが	鶏肉・味噌 豚肉	いんげん・人参・玉葱	こんにゃく・じゃが芋	マーメイド
4(月)	さばのにつけ とりとごぼうのもの	鯖 鶏肉	いんげん・人参・大根・牛蒡	こんにゃく	生姜
5(火)	やさいたっぷりぶたどん ふらいどぼと	豚肉	人参・青菜・玉葱・しめじ	片栗粉・ごま油 じゃが芋	中華味・にんにく・生姜
6(水)	はやしらいす あおなのしおこんぶあえ こんそめすーぶ	豚肉	トマト缶・トマトジュース・玉葱・人参 人参・青菜・もやし・塩昆布 季節の野菜	ハヤシルー	ケチャップ・コンソメ こしょう・コンソメ
7(木)	<b>七夕メニュー</b>				
	ゆかりごはん のりしおからあげ はるさめちゅうかさらだ		ゆかり 青粉 人参・青菜・きくらげ	胚芽米 片栗粉 春雨・ごま油	中華味 米酢
8(金)	<b>夏まつり</b>				
	びーまんいりはんぱーぐ こうやどろふのにつけ	大豆ミート・豚肉 高野豆腐	人参・ブロッコリー・玉葱・ピーマン 人参・いんげん・干し椎茸・大根	片栗粉	生姜・にんにく・ケチャップ・こしょう・ナツメグ
11(月)	ちぎんのばーべきゅーそーす きりぼしだいこんのにつけ	鶏肉 油揚げ			ケチャップ・コンソメ・生姜・にんにく
12(火)	ちぎんかれーらいす あおなとこーんのあえもの	鶏肉	人参・玉葱 青菜・人参・もやし・コーン	じゃが芋・カレールー	コンソメ・にんにく・生姜 コンソメ
13(水)	あかうおのみそこうじやき ぼととさらだ けんちんじる	味噌麹・赤魚 豆腐・鶏肉			
	ぼととさらだ けんちんじる		人参・コーン・青菜 季節の野菜	マヨドレ・じゃが芋	こしょう
14(木)	かるしむごはん(ごまいり) ちくわのにくづめ あつあげとやさいのなもの	鰯粉 鶏肉・豚肉・竹輪 厚揚げ	菜めし・大根葉 玉葱 いんげん・人参・大根	胚芽米・胡麻 こんにゃく	ナツメグ・こしょう・生姜・にんにく
15(金)	<b>避難訓練</b>				
	さかなのわふうきのこあなか やさいのあますあえ	魚	干し椎茸・えのき・玉葱・しめじ 人参・青菜・もやし	片栗粉	米酢
18(月)	<b>海の日</b>				
19(火)	<b>終業式</b>				
20(水)	<b>年長 ディキャンプ</b>				
	かれーらいす こーるすろーさらだ みかんかんでん	豚肉	人参・玉葱 人参・ブロッコリー・青菜・コーン イナアガー・みかん	じゃが芋・カレールー マヨドレ	生姜・コンソメ・にんにく こしょう
25(月)	<b>夏季保育</b>				
	とりなんばんたるたるそーす いんげんとにんじんのつなあえ	鶏肉 ツナ	人参・玉葱 人参・いんげん	片栗粉・マヨドレ	米酢
26(火)	<b>夏季保育</b>				
	さわらのごまみそやき ごもくきんぴら すいもの	味噌・鯖 竹輪・鶏肉		胡麻 こんにゃく・ごま油 季節の野菜	
27(水)	<b>夏季保育</b>				
	とりのやわらかやき つなとだいこんのさらだ	鶏肉・塩麹 ツナ	玉葱 人参・ブロッコリー・大根		こしょう
28(木)	<b>夏季保育</b>				
	ゆうりんさば ぶろっこりーのなむる	鯖	ねぎ 人参・ブロッコリー・切干大根	片栗粉・ごま油 ごま油	米酢 中華味
29(金)	<b>夏季保育</b>				
	みーとすばげってー こふきいも	味噌・豚肉・大豆ミート	トマト缶・人参・玉葱 パセリ	米粉麺・片栗粉 じゃが芋	ケチャップ・コンソメ・ソース・にんにく

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただくと幸いです。

※砂糖・みりん・酒・塩・醤油の表記は省略しております。

☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

●●このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

☆魚は、ホキ・鯖・カレイのいずれかとなります。

※主食の表記が無い日は【胚芽米ごはん】となります。

