

7月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー: ★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年6月28日 (月)	令和3年6月29日 (火)	令和3年6月30日 (水)	令和3年7月1日 (木)	令和3年7月2日 (金)	令和3年7月3日 (土)
朝間食				牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食				ごはん 精白米 具だくさんすき焼き風煮 豚もも 料理酒 木綿豆腐 糸こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい 青ネギ こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん かつおだし キャベツのゆかり和え キャベツ にんじん 焼き竹輪 ゆかり わかめのみそ汁 カットわかめ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	中華丼 精白米 豚もも たまねぎ にんじん キャベツ 生しいたけ 顆粒中華だし うすくちしょうゆ 食塩 片栗粉 ほうれんそうの中華和え ほうれんそう にんじん スイートコーン こいくちしょうゆ 本みりん ごま油 中華スープ(もやし) もやし にら にんじん たまねぎ 顆粒中華だし 食塩 いりごま	鮭フレークおにぎり 精白米 べにざけ(焼き) いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食				牛乳(午後) 普通牛乳 抹茶ドーナツ ホットケーキミックス 絹ごし豆腐 砂糖 サラダ油 抹茶	ほうじ茶 ほうじ茶 おかかおにぎり 精白米 こいくちしょうゆ 本みりん かつお節 いりごま	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

7月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年7月5日 (月)	令和3年7月6日 (火)	令和3年7月7日 (水)	令和3年7月8日 (木)	令和3年7月9日 (金)	令和3年7月10日 (土)
朝間食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鮭の西京焼き べにざけ 米みそ 本みりん 砂糖 ひじきと大豆の磯煮 ほしひじき(乾) にんじん 大豆水煮 油揚げ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 食塩 白菜のすまし汁 はくさい たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 中華風野菜炒め 豚もも にんじん キャベツ たまねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン にら 顆粒中華だし 食塩 こいくちしょうゆ もやしナムル もやし きゅうり 顆粒中華だし ごま油 中華スープ たまねぎ にんじん カットわかめ スイートコーン 顆粒中華だし 食塩 いりごま	ちらしずし 精白米 穀物酢 砂糖 食塩 鮭フレーク いんげん 焼きのり(きざみ海苔) にんじん 鶏肉のパーベキュー焼き 鶏もも たまねぎ おろしにんにく 食塩 中濃ソース こいくちしょうゆ 砂糖 トマトケチャップ セタそうめん そうめん・ひやむぎ(乾) にんじん オクラ 干しいたけ スイートコーン うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 かつおだし	ごはん 精白米 カレイの香味焼き かれい おろしにんにく おろししょうが 料理酒 こいくちしょうゆ 青ネギ ほうれんそうのおかか和え ほうれんそう にんじん 焼き竹輪 かつお節 こいくちしょうゆ 本みりん えのきのみそ汁 えのきたけ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 鶏のキャロット焼き 鶏もも 料理酒 にんじん 本みりん マヨドレ 塩 ブロッコリーサラダ(酢) ブロッコリー スイートコーン 穀物酢 サラダ油 食塩 砂糖 コンソメスープ(はくさい) はくさい たまねぎ にんじん 顆粒洋風だし パセリ粉 食塩	おかかおにぎり 精白米 こいくちしょうゆ 本みりん かつお節 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食	牛乳(午後) 普通牛乳 カレーポップコーン ポップコーン サラダ油 食塩 カレー粉	牛乳(午後) 普通牛乳 フライドポテト じゃがいも 食塩 あおさ サラダ油	牛乳(午後) 普通牛乳 セタクッキー ホットケーキミックス サラダ油 砂糖 調整豆乳 日本かぼちゃ ピュアココア	ほうじ茶 ほうじ茶 水ようかん こしあん 水 砂糖 粉寒天	牛乳(午後) 普通牛乳 りんごスコーン ホットケーキミックス 木綿豆腐 ケーキシロップ りんご 豆乳ホイップ	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

7月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年7月12日 (月)	令和3年7月13日 (火)	令和3年7月14日 (水)	令和3年7月15日 (木)	令和3年7月16日 (金)	令和3年7月17日 (土)
朝間食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鰯のおろしソースかけ さわら 食塩 だいこんおろし こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 青ネギ れんこんの和風サラダ れんこん にんじん きゅうり いりごま 穀物酢 こいくちしょうゆ 砂糖 ごま油 ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう たまねぎ にんじん かつおだし 米みそ	夏野菜のトマトカレーライス 精白米 鶏もも たまねぎ ホールトマト(食塩無添加) なす オクラ じゃがいも サラダ油 食塩 顆粒洋風だし こいくちしょうゆ おろしにんにく おろししょうが カレールウ キャベツのさっぱり和え キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 こいくちしょうゆ 砂糖 食塩 バナナ バナナ	ごはん 精白米 豆腐入り松風焼き 鶏ミンチ 豚ミンチ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 根深ねぎ 米みそ 砂糖 こいくちしょうゆ 片栗粉 いりごま 大根の和風サラダ だいこん にんじん きゅうり かつお節 マヨドレ 食塩 しめじのすまし汁 ぶなしめじ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 鶏のから揚げ 鶏もも 料理酒 おろししょうが おろしにんにく こいくちしょうゆ ごま油 片栗粉 サラダ油 小松菜の磯辺和え こまつな にんじん えのきたけ 焼きのり(きざみ海苔) こいくちしょうゆ 本みりん ひじきのみそ汁 ほしひじき(乾) たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	わかめごはん 精白米 混ぜ込みわかめ 冷やし中華 中華めん 豚もも きゅうり かに風かまぼこ スイートコーン こいくちしょうゆ 穀物酢 砂糖 ごま油 いんげんの味噌マヨ和え いんげん にんじん 米みそ 本みりん 砂糖 マヨドレ	鮭フレークおにぎり 精白米 べにざけ(焼き) いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食	牛乳(午後) 普通牛乳 大学かぼちゃ 日本かぼちゃ 片栗粉 サラダ油 砂糖 こいくちしょうゆ 水 くろごま(いり)	牛乳(午後) 普通牛乳 ぶどうゼリー ぶどうジュース(濃縮還元) 水 砂糖 粉寒天	ほうじ茶 ほうじ茶 ツナカレーおにぎり 精白米 まぐろ油漬缶 スイートコーン にんじん 顆粒洋風だし カレー粉 パセリ粉	ほうじ茶 ほうじ茶 ヨーグルト寒天 豆乳ヨーグルト 水 砂糖 粉寒天 いちごジャム(高糖度)	牛乳(午後) 普通牛乳 シリアルバー マシュマロ 玄米フレーク レーズン サラダ油	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

7月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー: ★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年7月19日 (月)	令和3年7月20日 (火)	令和3年7月21日 (水)	令和3年7月22日 (木)	令和3年7月23日 (金)	令和3年7月24日 (土)
朝間食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク			ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鶏肉のトマト煮 鶏もも おろしにんにく たまねぎ ピーマン ぶなしめじ ホールトマト(食塩無添加) トマトケチャップ 水 顆粒洋風だし 砂糖 食塩 オリーブ油 コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり スイートコーン マヨドレ 食塩 コンソメスープ(ブロッコリー) ブロッコリー たまねぎ にんじん 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	ごはん 精白米 鯖の竜田揚げ まさば おろししょうが 料理酒 こいくちしょうゆ 片栗粉 サラダ油 もやしの磯和え こまつな にんじん もやし 焼きのり(きざみ海苔) こいくちしょうゆ 本みりん かぼちゃのみそ汁 日本かぼちゃ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	びびんバ風ごはん 精白米 豚ミンチ しょうが サラダ油 砂糖 こいくちしょうゆ にんじん ほうれんそう もやし 顆粒中華だし ごま油 わかめときゅうりの酢の物 きゅうり カットわかめ かに風かまぼこ 砂糖 穀物酢 食塩 中華スープ(だいこん) だいこん にんじん たまねぎ 顆粒中華だし 食塩 いりごま			おかかおにぎり 精白米 こいくちしょうゆ 本みりん かつお節 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食	牛乳(午後) 普通牛乳 たこ焼き風ポテト じゃがいも 片栗粉 中濃ソース マヨドレ あおさ かつお節	ほうじ茶 ほうじ茶 どら焼き ホットケーキミックス ケーキシロップ 調整豆乳 サラダ油 こしあん	ほうじ茶 ほうじ茶 焼きとうもろこし とうもろこし こいくちしょうゆ 本みりん			ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイベー たべっこベイベー

7月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年7月26日 (月)	令和3年7月27日 (火)	令和3年7月28日 (水)	令和3年7月29日 (木)	令和3年7月30日 (金)	令和3年7月31日 (土)
朝間食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鮭の味噌マヨ焼き べにざけ 米みそ 食塩 マヨドレ 砂糖 切干大根と大豆の煮物 切干しいんこ(乾) にんじん 大豆水煮 砂糖 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 かつおだし わかめと豆腐のすまし汁 木綿豆腐 カットわかめ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ガーリックトースト バケット オリーブ油 おろしにんにく 食塩 パセリ粉 スコップコロケ(かぼちゃ) 日本かぼちゃ 豚ミンチ たまねぎ にんじん こいくちしょうゆ 砂糖 コーンフレーク 片栗粉 食塩 中濃ソース ブロッコリーサラダ ブロッコリー にんじん マヨドレ 食塩 コーンスープ クリームコーン缶 たまねぎ 調整豆乳 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	ごはん 精白米 鶏の照り焼き 鶏もも 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん 小松菜のごま和え こまつな にんじん 焼き竹輪 いりごま こいくちしょうゆ 本みりん さつまいものみそ汁 さつまいも たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	生姜焼き丼 精白米 豚もも たまねぎ にんじん 料理酒 こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 しょうが 人参の和風サラダ にんじん だいこん まぐろ油漬缶 かつお節 マヨドレ 食塩 こいくちしょうゆ えのきのすまし汁 えのきたけ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 油淋鶏 鶏もも しょうが(おろし) 料理酒 片栗粉 サラダ油 根深ねぎ 砂糖 こいくちしょうゆ 穀物酢 ごま油 水 三色ナムル もやし きゅうり にんじん 顆粒中華だし ごま油 中華スープ(白菜) はくさい チンゲンサイ にんじん たまねぎ 顆粒中華だし 食塩 いりごま	鮭フレークおにぎり 精白米 べにざけ(焼き) いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食	牛乳(午後) 普通牛乳 ココアパンケーキ ホットケーキミックス 砂糖 調整豆乳 サラダ油 ピュアココア	ほうじ茶 ほうじ茶 フルーツヨーグルト 豆乳ヨーグルト 砂糖 みかん缶 パインアップル缶 りんご バナナ	牛乳(午後) 普通牛乳 150 アメリカンドック ウインナーソーセージ 15 ホットケーキミックス 12 調整豆乳 8 サラダ油 5	ほうじ茶 ほうじ茶 ピラフおにぎり 精白米 ピーマン スイートコーン にんじん 鶏ミンチ 顆粒洋風だし	牛乳(午後) 普通牛乳 スモア マシュマロ クラッカー(リッツ)	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー