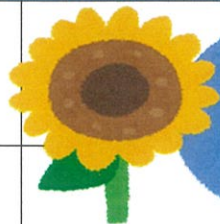
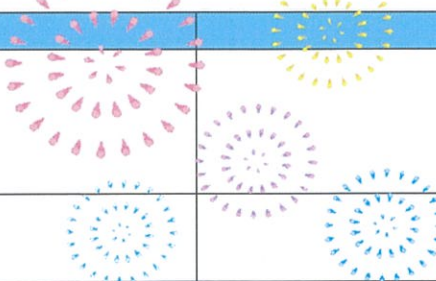
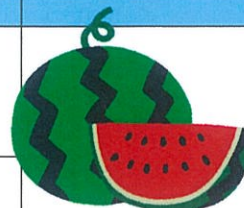
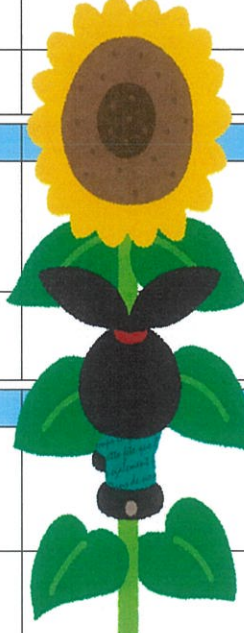


あまきこども園 献立表

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

						1 (金)	2 (土)	
							ごはん 豆腐入りミートローフ 付け合わせ レタススープ	冷麦 さつまいものサラダ バナナ
						牛乳 ピーチケーキ	麦茶 お菓子	
		4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	
		ごはん 鶏肉と厚揚げの甘辛煮 野菜スープ	チャーハン 中華サラダ わかめスープ	ハヤシライス ピーマンマリネ バナナ	わかめごはん きんぴらごぼう けんちん汁	ごはん 魚のごま揚げ 付け合わせ 豆腐の味噌汁	五目うどん ごま和え バナナ	
		牛乳 かぼちゃ蒸しパン	麦茶 アメリカンドッグ	牛乳 ラスク	麦茶 フルーツヨーグルト	牛乳 プリン あんぱんせんべい	麦茶 お菓子	
		11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	
		山の日	ごはん クリームシチュー パンサンスー	豚丼 レモン酢和え	ごはん 和風ポトフ 即席漬け	ふわふわ丼 あえもの	スパゲティナポリタン キャベツマリネ バナナ	
			麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	
		18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	
		ごはん (ふりかけ) モロヘイヤと卵のスープ ツナサラダ	パン 豚肉のオニオンソース 付け合わせ マカロニスープ	ごはん 揚げ豆腐のチリソース風 にしき和え	ごはん 魚の煮つけ はりはり和え じゃがいものみそ汁	夏野菜カレー フレンチサラダ すいか	チンジャオロース丼 華風スープ バナナ	
		牛乳 プレーンクッキー	麦茶 フルーツポンチ	牛乳 麩のラスク	麦茶 フライドポテト	麦茶 ぶどうゼリー せんべい	麦茶 お菓子	
		25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)	
		ごはん 豚肉の生姜炒め 豆腐のすまし汁	ごはん 魚の香味焼き おかか和え 油揚げの味噌汁	マーボー豆腐丼 ナムル オレンジ	パン ハンガリアンシチュー 酢の物	ごはん 鶏肉とじゃがいもの甘辛 付け合わせ 春雨スープ	もやしラーメン ナムル バナナ	
		牛乳 ショートブレッド	牛乳 アイスとウェハース	牛乳 ポテトもち	麦茶 葱焼き	麦茶 りんごゼリー せんべい	麦茶 お菓子	

2025/7/30 15:45

日 付	献立名	材料名		
		熱や力になるもの	血や肉になるもの	その他野菜を彩るもの
1 (金)	ごはん 豆腐入りミートローフ 付け合わせ レタススープ	米 あまからせんべい 小麦粉 マコネーズ（卵不使用）さとう 鶏がらスープの素	牛乳 豚ひき肉 とうふ	たまねぎ キャベツ 黄桃缶 にんじん レタス ケチャップ えのき コーン
2 (土)	冷麦 さつまいものサラダ パナナ	さつまいも あまからせんべい す さとう サラダ油 冷麦	牛乳 鶏肉 ハム こんぶ	たまねぎ パナナ こまつな にんじん
4 (月)	ごはん 鶏肉と厚揚げの甘辛煮 野菜スープ	米 ばりんこ 小麦粉 あぶら さとう みりん かたくりこ コンソメ 中華味	牛乳 生厚あげ 鶏肉	たまねぎ キャベツ かぼちゃ にんじん コーン にんにく
5 (火)	チャーハン 中華サラダ わかめスープ	じゃがいも 米 クラッカー 片栗粉 さとう あぶらごま油 中華味	牛乳 とうふ チーズ わかめ	たまねぎ キャベツ チンゲン菜 にんじん もやし グリンピース とうもろこし 青ねぎ
6 (水)	ハヤシライス ピーマンマリネ フルーツ	米 じゃがいも クラッカー 黄桃 ハヤシルー あぶらす ウスターソース さとう	牛乳 ヨーグルト 豚肉 ハム	パナナ たまねぎ もやし バイン缶 ピーマンミックス みかん缶 キャベツ にんじん ケチャップ
7 (木)	わかめごはん きんぴらごぼう けんちん汁	米 ロールパン じゃがいも 野菜ビスケット さとう バター ごま ごま油 みりん	牛乳 とうふ 鶏肉 さつまあげ にぼし わかめ	かぼちゃ ごぼう にんじん 糸こんにゃく しいたけ 青ねぎ
8 (金)	ごはん 魚のごま揚げ 付け合わせ 豆腐の味噌汁	米 ミレービスケット 天ぷら粉 白ごま 米粉	牛乳 ホキ とうふ ウインナー みそ にぼし	キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ 青ねぎ
9 (土)	五目うどん ごま和え パナナ	うどん ドーナツ あまからせんべい ばりんこ す ごま さとう	牛乳 鶏肉 ちくわ こんぶ	たまねぎ パナナ キャベツ にんじん だいこん もやし ごぼう 青ねぎ
12 (火)	ごはん クリームシチュー パンサンデー	じゃがいも 米 ドーナツ ミレービスケット ばりんこ ホワイトルー はるさめ さとう す あぶら	牛乳 鶏肉 ツナ	きゅうり にんじん たまねぎ コーン きくらげ
13 (水)	豚丼 レモン酢和え	米 ドーナツ クラッカー ばりんこ さとう	牛乳 とうふ 豚肉	もやし チンゲン菜 たまねぎ 糸こんにゃく きゅうり ごぼう にんじん レモン
14 (木)	ごはん 和風ポトフ 即席漬け	米 ドーナツ じゃがいも 野菜ビスケット ばりんこ ごま さとう す	牛乳 ウインナー 豚肉 豆乳 みそ こんぶ	キャベツ だいこん はくさい にんじん きゅうり れんこん レモン
15 (金)	ふわふわ丼 あえもの	米 ドーナツ あまからせんべい ばりんこ さとう 片栗粉 ごま油	とうふ 牛乳 豚ひき肉	もやし にんじん キャベツ たまねぎ はくさい 青ねぎ にんにく しょうが
16 (土)	スパゲティナポリタン キャベツマリネ パナナ	スパゲティ ドーナツ あまからせんべい ばりんこ あぶら す 鶏ガラスープの素 酒 さとう	牛乳 ハム	たまねぎ パナナ キャベツ もやし トマトピューレ にんじん きゅうり ケチャップ とうもろこし ピーマン
18 (月)	ごはん モロヘイヤと卵のスープ ツナサラダ	米 ばりんこ 小麦粉 じゃがいも バター さとう あぶらす鶏がらスープの素片栗粉	牛乳 たまご 鶏肉 とうふ まぐろ	キャベツ ほうれん草 たまねぎ もやし にんじん チンゲン菜
19 (火)	パン 豚肉のオニオンソース マカロニスープ	ロールパン ミレービスケット さとう バター ふ マカロニ あぶら ウスターソース コンソメ	牛乳 豚肉 ハム	たまねぎ ブロッコリー えのきたけ にんじん ケチャップ トマトピューレ にんにく
20 (水)	ごはん 揚げ豆腐のチリソース風 にしき和え	米 あまからせんべい 米粉 あぶら さとう かたくりこ 中華味	牛乳 とうふ 豚肉	もやし たまねぎ きゅうり チンゲン菜 とうもろこし エリンギ ケチャップ 青ねぎ
21 (木)	ごはん 魚の煮つけ はりはり和え じゃがいものみそ汁	米 じゃがいも 野菜ビスケット さとう みりん 酒	牛乳 さわら みそ しらす干し にぼし わかめ	たまねぎ もやし にんじん きゅうり 切干大根 青ねぎ しょうが きざみ昆布
22 (金)	夏野菜カレー ナムル フルーツ	ぶどうジュース 米 あまからせんべい じゃがいも 塩せんべい さとう カレールー あぶら ウスターソース	牛乳 鶏肉 まぐろ	キャベツ たまねぎ にんじん もやし かぼちゃ なす ピーマン ほうれん草 すいか
23 (土)	チンジャオロース丼 華風スープ パナナ	米 ドーナツ あまからせんべい ばりんこ 春雨サラダ 中華味 ごま油 ごま 中華風だし	牛乳 牛肉 とうふ	パナナ たまねぎ ピーマンミックス もやし にんじん きくらげ
25 (月)	ごはん 豚肉の生姜炒め 豆腐のすまし汁	ばりんこ 小麦粉 バター さとう 上新粉 みりん あぶら 米	牛乳 豚肉 とうふ こんぶ	たまねぎ もやし キャベツ にんじん えのきたけ ピーマン しょうが 青ねぎ
26 (火)	ごはん 魚の香味焼き おかか和え 油揚げの味噌汁	米 ミレービスケット あまからせんべい さとう みりん 酒	牛乳 さわら あぶらあげ みそ にぼし かつおぶし わかめ	もやし たまねぎ キャベツ はくさい にんじん えのき 青ねぎ しょうが
27 (水)	マーボー豆腐丼 ナムル フルーツ	米 ドーナツ あまからせんべい ばりんこ さとう 片栗粉 ごま油	とうふ 牛乳 豚ひき肉 みそ	もやし にんじん キャベツ たまねぎ はくさい 青ねぎ にんにく しょうが オレンジ
28 (木)	パン ハンガリアンシチュー 酢の物	ロールパン じゃがいも 野菜ビスケット ハヤシルー 小麦粉 米粉 さとう す 白ごま カレー粉	牛乳 合びき肉	たまねぎ キャベツ にんじん もやし トマトピューレ グリンピース ケチャップ ほうれん草
29 (金)	ごはん 鶏肉の甘辛揚げ 付け合わせ 春雨スープ	アイスクリーム 米 あまからせんべい ウエハース サラダ油 片栗粉 春雨サラダ 中華風だし さとう カレー粉	牛乳 鶏肉	ブロッコリー たまねぎ にんじん チンゲン菜 きくらげ
30 (土)	もやしラーメン ナムル パナナ	中華めん ドーナツ あまからせんべい ばりんこ ごま油 中華風だし さとう	牛乳 豚肉 ツナ	もやし パナナ キャベツ コーン たまねぎ にんじん ほうれん草 青ねぎ きくらげ しょうが