

令和 4 年 7 月 献 立 表 (離乳の完了期 12~18ヵ月) 棚辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	金	軟飯 鶏肉の西京焼き ブロッコリーのピクルス かまぼこと若布のすまし汁	米 鶏肉 白味噌 しょう油 酒 砂糖 ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油 かまぼこ 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 りんごゼリー	牛乳 りんごジュース ゼラチン 砂糖	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキーQueenです！
2	土	焼きうどん 中華スープ チーズ	うどん 豚肉 きゃべつ 人参 もやし かつおだし 塩 しょう油 白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中華だし しょう油 みりん 酒 生糸 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
4	月	軟飯 ちりめんじゃこ なすと豚肉の煮物 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 えのきと若布のすまし汁	米 ちりめんじゃこ なす 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく ひじき 厚揚げ グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ツナサンド お野菜せんべい	牛乳 サンドパン ツナ マヨドレ ☆ ☆ ☆	この時期の旬(たくさん出回り おいしく食べられる食材)は、 茄子・ピーマン・きゅうりです。 給食のメニューにも 取り入れているので 何が入っているか探してみてくださいね。
5	火	鯖のトマトソースかけ もやしと油揚げの味噌汁 軟飯 味付けのり	鯖 塩 小麦粉 トマト缶 玉葱 にんにく コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 もやし 油揚げ しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし 米 味付けのり	バナナ バナナサンドウエハース	バナナ ☆ ☆ ☆	
6	水	高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と麩の味噌汁	高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ほうれん草 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 おいもスティック	牛乳 さつまいも	七夕にちなんで星に見立てた 可愛いメニューを入れました。
7	木	やさいうどん おほしさまコロッケ レアチーズ	うどん 若布 豚肉 白菜 人参 かまぼこ しょう油 みりん 酒 かつおだし 豚肉 鶏肉 じゃがいも 玉葱 小麦粉 パン粉 油 レアチーズ	牛乳 お星さまゼリー	牛乳 ☆ ☆ ☆	
8	金	軟飯 かつおふりかけ 味噌カツ ツナ きゃべつ のサラダ コンソメスープ	米 かつおふりかけ 豚肉 粉衣衣揚げた白身 食塩 パン粉 ショートコング 大豆粉 油 八丁味噌 ケチャップ ツナ きゃべつ きゅうり ハム コーン コールスロードレッシング 白菜 玉葱 ベーコン パセリ コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	りんごジュース ゼラチン 砂糖 フルーツ缶(桃・みかん) たべっこどうぶつ ホイップクリーム バナナ	お楽しみフルーツゼリーパフェ	
9	土	和風混ぜごはん 豚汁 オレンジゼリー	米 鶏肉 人参 しめじ さつま揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩 豚肉 人参 豆腐 大根 小松菜 こんにゃく 油揚げ 豆腐 煮 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
11	月	親子丼 えびかつ レアチーズ	米 卵 鶏肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えび 玉葱 パン粉 卵白粉 油 レアチーズ	牛乳 若布おむすび ハーベスト(セサミ)	牛乳 米 混ぜ込み若布 ☆ ☆ ☆	
12	火	軟飯 鶏肉の西京焼き ブロッコリーのピクルス かまぼこと若布のすまし汁	米 鶏肉 白味噌 しょう油 酒 砂糖 ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油 かまぼこ 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 チーズサンド ソフトせんべい	牛乳 サンドパン チーズ ☆ ☆ ☆	☆ひまわり組クッキング☆ お部屋でポテトガレットを作って食べます♪
13	水	軟飯 鯖のしそ香り焼き 白菜としめじの煮浸し かぼちゃと麩の味噌汁	軟飯 鯖 しそ しょう油 酒 みりん 白菜 人参 しめじ 小松菜 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし かぼちゃ 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし 米	ヨーグルト マンナウエハース	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	毎日朝のおやつ(9時半頃)に 牛乳があります♪
14	木	軟飯 切り干し大根の煮物 小松菜と豆腐の味噌汁	軟飯 切り干し大根 豚肉 人参 しめじ じゃがいも こんにゃく ひじき 油揚げ グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 小松菜 豆腐 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 シュガートースト たべっこどうぶつ	牛乳 タンパン パン グラニュー糖 粉チーズ ☆ ☆ ☆	
15	金	やさいうどん かぼちゃコロッケ レアチーズ	うどん 若布 豚肉 白菜 人参 しょう油 みりん 酒 かつおだし かぼちゃ じゃがいも 卵白 小麦粉 砂糖 塩 油 レアチーズ	牛乳 グレープゼリー	牛乳 グレープジュース ゼラチン 砂糖	☆たんぽぽ組クッキング☆お部屋でおしゃれゼリーパ フェを作って食べます♪☆さざり組クッキング☆お部 屋でmixジュースを作って飲みます♪
16	土	焼きうどん 中華スープ チーズ	うどん 豚肉 きゃべつ 人参 もやし かつおだし 塩 しょう油 白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中華だし しょう油 みりん 酒 生糸 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
18	月	休園 (海の日)				
19	火	軟飯 味付けのり 高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と麩の味噌汁	米 味付けのり 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ほうれん草 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 おいもスティック	牛乳 さつまいも	
20	水	軟飯 鯖のトマトソースかけ もやしと油揚げの味噌汁 軟飯 ちりめんじゃこ	米 鯖 塩 小麦粉 トマト缶 玉葱 にんにく コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 もやし 油揚げ しめじ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし 米 ちりめんじゃこ	牛乳 バナナ バナナサンドウエハース	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	
21	木	軟飯 ちりめんじゃこ なすと豚肉の煮物 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 えのきと若布のすまし汁	米 ちりめんじゃこ なす 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく ひじき 厚揚げ グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ツナサンド お野菜せんべい	牛乳 サンドパン ツナ マヨドレ ☆ ☆ ☆	
22	金	軟飯 かつおふりかけ 鶏肉の梅味噌焼き 野菜たっぷり味噌汁	米 かつおふりかけ 鶏肉 梅びしお みりん 合わせ味噌 きゃべつ 油揚げ 人参 しめじ さつまいも 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 りんごゼリー	牛乳 りんごジュース ゼラチン 砂糖	
23	土	和風混ぜごはん 豚汁 オレンジゼリー	米 鶏肉 人参 しめじ さつま揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩 豚肉 人参 豆腐 大根 小松菜 こんにゃく 油揚げ 豆腐 煮 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
25	月	若布うどん パンキンサラダ バナナ	うどん 若布 玉葱 人参 豚肉 しょう油 みりん 酒 かつおだし かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ バナナ	牛乳 若布おむすび ルヴァン	牛乳 米 混ぜ込み若布 ☆ ☆ ☆	
26	火	親子丼 えびかつ レアチーズ	米 卵 鶏肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えび 玉葱 パン粉 卵白粉 油 レアチーズ	牛乳 プリン	牛乳 プリンミックス	
27	水	軟飯 鯖のしそ香り焼き 白菜としめじの煮浸し かぼちゃと麩の味噌汁	米 鯖 しそ しょう油 酒 みりん 白菜 人参 しめじ 小松菜 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし かぼちゃ 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし 米	ヨーグルト マンナウエハース	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	サンプル毎日お部屋に置いてあります。 是非、ご覧くださいね♪
28	木	軟飯 切り干し大根の煮物 小松菜と豆腐の味噌汁 軟飯 のりたまふりかけ	軟飯 切り干し大根 豚肉 人参 しめじ じゃがいも こんにゃく ひじき 油揚げ グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 小松菜 豆腐 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし 米 のりたまふりかけ	牛乳 シュガートースト たべっこどうぶつ	牛乳 タンパン パン グラニュー糖 粉チーズ ☆ ☆ ☆	
29	金	肉じゃが きゃべつと麩の味噌汁	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃがいも こんにゃく グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし きゃべつ 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 豆乳ゼリー きな粉かけ	牛乳 豆乳 ゼラチン 砂糖 きな粉 砂糖	
30	土	焼きうどん 中華スープ チーズ	うどん 豚肉 きゃべつ 人参 もやし かつおだし 塩 しょう油 白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中華だし しょう油 みりん 酒 生糸 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日