



2019年7月 朝食・夕食予定献立表



瑞江わんぱく保育園

| 日 | 曜日 | 朝食 | 材料 | 夕食 | 材料 |
|----|----|---|---|--|---|
| 5 | 金 | | | ごはん 味噌汁 かれのいの照焼き 小松菜のお浸し フルーツ | 米 大根・麩 かれい・いんげん 小松菜・人参・かつお節 フルーツ |
| 6 | 土 | ごはん 味噌汁 がんもの煮物 白菜の塩昆布和え 牛乳 | 米 じゃが芋・万能葱 がんと・人参・干し椎茸・いんげん 白菜・塩昆布 牛乳 | | |
| 12 | 金 | | | ごはん 味噌汁 さけのコーンマヨ焼き 根菜の煮物 フルーツ | 米 麩・長ねぎ 鮭・小麦粉・マヨドレ・コーン・ドライパセリ・トマト ごぼう・大根・人参・干し椎茸 フルーツ |
| 13 | 土 | ごはん 味噌汁 豆腐の野菜あん 白菜のおかか和え 牛乳 | 米 麩・万能葱 豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・片栗粉 白菜・えのき・かつお節 牛乳 | | |
| 19 | 金 | | | ごはん 味噌汁 かれのいの甘辛焼き オクラの和え物 フルーツ | 米 なす・万能葱 かれい・人参 オクラ・えのき・かつお節 フルーツ |
| 20 | 土 | ごはん 味噌汁 さけの塩焼き 白菜の生姜醤油和え 牛乳 | 米 麩・わかめ さけ・大根 白菜・人参・生姜 牛乳 | | |
| 26 | 金 | | | ごはん すまし汁 厚揚げの味噌炒め もやしのゆかり和え フルーツ | 米 ほうれん草・しめじ 厚揚げ・玉ねぎ・人参・生姜・片栗粉・ピーマン もやし・胡瓜・梅しその素 フルーツ |
| 27 | 土 | ごはん 味噌汁 がんもの煮物 白菜の塩昆布和え 牛乳 | 米 じゃが芋・万能葱 がんと・人参・干し椎茸・いんげん 白菜・塩昆布 牛乳 | | |

*材料の入荷状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。

*だし汁には、かつお節・昆布・煮干しを使用しています。

*調味料として、醤油・三温糖・塩・味噌・サラダ油・ゴマ油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。

