



# 7月 ぽっぽ保育園給食献立予定表



		お昼ごはん	夕ごはん
1日	土	豚バラ肉と大根の煮物、マーボー春雨、コーンサラダ、味噌汁、ご飯	シーフードピラフ、ささ身のしそ巻きフライ、トマトとツナの Pasta サラダ、コンソメスープ
2日	日	チンジャオロース、蒸しシューマイ、もやしとキュウリのゴマ酢和え、中華スープ、ご飯	アジの南蛮漬け、厚揚げのそぼろもやしあんかけ、玉子焼き、味噌汁、ご飯
3日	月	肉団子と野菜の甘酢あん、五目炒り豆腐、マカロニサラダ、味噌汁、ご飯	メンチカツレツ、イタリアンスパゲッティ、かぼちゃの煮物、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯
4日	火	チキンカレー、ポテ玉サラダ、福神漬け	味付け豚の天ぷら、白菜とあげのうま煮、れん根と人参のきんぴら、味噌汁、ご飯
5日	水	豚肉とこんにゃく味噌炒め、ねぎ入りだし巻き玉子、切干し大根煮、味噌汁、ご飯	デミグラハンバーグ、マカロニグラタン、イタリアンサラダ、コンソメスープ、ご飯
6日	木	とん平焼き、カニカマフライ、ツナサラダ、のり玉おにぎり、味噌汁	鶏ももの唐揚げ、焼きそば、玉子豆腐、味噌汁、ご飯
7日	金	ホットドッグ、シーフードと野菜のマリネ、ゆで卵、フライドポテト、アップルジュース	アスパラと豚肉のマヨ炒め、カレー焼きビーフン、明太ポテト、味噌汁、ご飯
8日	土	シーフード焼きビーフン、ウインナーソーテ、ニラ玉あんかけ、野菜スープ、ご飯	ビーフシチュー、ナポリタンスパゲッティ、ジャーマンポテト、グリーンサラダ、ご飯
9日	日	三色そぼろ丼、ささ身カツ、和風豆腐サラダ、味噌汁	ちゃんぽん焼き、目玉焼き、ちくわの磯辺揚げ、味噌汁、ゆかりご飯
10日	月	鮭のムニエル、高野豆腐の玉子とじ、大根のなま酢、豚肉と根菜の炊き込みご飯、味噌汁	豚肉と玉ねぎの生姜焼き、さつま芋の甘煮、五目春雨サラダ、味噌汁、ご飯
11日	火	照り焼きチキン、しめじとパプリカのマリネ、はんぺんフライ、味噌汁、ご飯	そぼろ肉じゃが、塩焼きうどん、レタスとカニカマのサラダ、味噌汁、ご飯
12日	水	ミートボールのせमितソーススパゲッティ、シーザーサラダ、バタートースト、コーンポタージュスープ	白身魚フライのタルタルソース、ポテトオムレツ、ハムとキュウリのサラダ、味噌汁、チキンライス
13日	木	ひき肉と白菜の中華煮、パンパンジー、揚げジャガのオニオンソースかけ、味噌汁、ご飯	さばの塩焼き、揚げ出し豆腐、キュウリとワカメの酢の物、味噌汁、鶏ごぼろご飯
14日	金	五目冷し中華、ミニチャーハン、ワカメスープ	チキンカツ、揚げナスのミートソース和え、ゆで玉子サラダ、コンソメスープ、ご飯
15日	土	鶏肉と大豆のトマト煮、ブロッコリーとカニカマのタルタル焼き、パスタサラダ、コーンスープ、ご飯	エビとほうれん草のクリーム煮、豚バラともやしのあっさり炒め、ひじき煮、味噌汁、ご飯
16日	日	牛肉コロッケ、アスパラベーコン、たらこスパゲッティ、味噌汁、ご飯	焼き肉丼、焼き野菜のマリネ、茶碗蒸し、味噌汁
17日	月	五目ちらし寿司、ささ身のしそ巻き天ぷら、小松菜とじゃこのお浸し、とろろ昆布のお吸い物	焼きギョウザ、イカとニラのちぢみ、もやしとちくわの中華炒め、味噌汁、ご飯
18日	火	ミックスサンド、チキンナゲット、バターコーン、オレンジジュース	サラダぶっかけそうめん、さつま芋の天ぷら、鶏五目炊き込みご飯
19日	水	おろし豆腐ハンバーグ、ししゃもフライ、ピーマンと玉ねぎのウスター炒め、味噌汁、ご飯	牛肉と厚揚げのゴマ味噌炒め、納豆入り玉子焼き、ひじきサラダ、味噌汁、ご飯
20日	木	ぶっかけ肉うどん、鮭ワカメおにぎり、白菜の浅漬け	チキンクリームシチュー、サーモンフライ、ほうれん草のバターソーテ、ご飯
21日	金	とんかつ、パンネのミートソース和え、粉ふき芋、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯	エビフライ、フランクフルトのケチャップ炒め、ほうれん草とツナのおかか和え、味噌汁、ご飯
22日	土	鶏ももとナスのマーボー炒め、さつま揚げのごま油炒め、ポテトサラダ、味噌汁、ご飯	酢豚、カニ玉、春雨サラダ、味噌汁、ご飯
23日	日	ハムカツ、鶏肉とほうれん草のグラタン、きのこサラダ、コンソメスープ、バターライス	エビのチリソース炒め、豚野菜炒め、なめ茸のおろし和え、味噌汁、ご飯
24日	月	キャベツと豚バラの煮物、五目炒り玉子、ソーセージとカリフラワーのマヨ炒め、味噌汁、ご飯	クリームコロッケ、オムライス、温野菜サラダ、オニオンスープ
25日	火	豚丼、たたきキュウリとかまぼこのマヨ和え、しめじと卵の塩炒め、ワカメスープ	鶏団子と水菜のあっさり煮、きんぴらごぼう、ワカメとじゃこの酢の物、味噌汁、ふりかけご飯
26日	水	チキン南蛮、かぼちゃのオレンジ煮、和風焼きそば、味噌汁、ご飯	マーボー豆腐、白菜とツナの煮物、ブロッコリーサラダ、味噌汁、ご飯
27日	木	流しソーメン、おにぎり	鶏もも肉の照り焼き、はんぺんのバター醤油炒め、中華風白和え、味噌汁、ご飯
28日	金	肉じゃが、焼き厚揚げのきのこあんかけ、もやしとささ身のサラダ、味噌汁、ご飯	ドライカレー、トマトとチーズのオムレツ、コールスローサラダ、コンソメスープ
29日	土	ハヤシライス、魚肉ソーセージのフリッター、目玉焼き、コンソメスープ	とんテキ、大根とごぼろの煮物、玉ねぎのバター炒めボン酢かけ、味噌汁、ご飯
30日	日	きつねうどん、味付き鶏の天ぷら、ひじきと豆のサラダ、しめじご飯	ロールキャベツ、たらこスパゲッティ、かぼちゃのマッシュサラダ、コンソメスープ、ご飯
31日	月	ピーマンの肉詰め、ちくわと白ネギの玉子とじ、中華春雨サラダ、味噌汁、ご飯	八宝菜、揚げシューマイ、玉子豆腐、味噌汁、ご飯