



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	月	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、ささ身フライ、 トマトとツナのパスタサラダ、コンソメスープ
2日	火	チンジャオロース、焼きししゃも、 もやしとキュウリのゴマ酢和え、中華スープ、ご飯	アジのフライ、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	水	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、 コールスローサラダ、味噌汁、ご飯
4日	木	チキンカレー、ポテ玉サラダ、福神漬け、パイナップル	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	金	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、ミニグラタン、 イタリアンサラダ、コンソメスープ、ご飯
6日	土	お好み焼き、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	日	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	月	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
9日	火	シーフード焼きビーフン、ワインナーソテー、 ニラ玉あんかけ、野菜スープ、ご飯	ビーフシチュー、 スパニッシュオムレツ、グリーンサラダ、ご飯
10日	水	白身魚のフライタルタルソース、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	木	照り焼きチキン、しめじとパプリカのマリネ、 スクランブルエッグ、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	金	ミートボールスパゲッティ、アップルジュース コーンサラダ、フライドポテト、ステックパン	エビフライ、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	土	揚げ餃子、マーボー春雨、バンバンジー、 味噌汁、ご飯	豚カツ、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
14日	日	五目冷し中華、ミニチャーハン、ワカメスープ	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、鶏ごぼうご飯
15日	月	鶏肉と大豆のトマト煮、プ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	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
16日	火	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	水	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、ほうれん草ごま和え、 もやしとちくわの中華炒め、味噌汁、ご飯
18日	木	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	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
19日	金	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	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	ビーフシチュー、コロッケ、 ほうれん草のバターソテー、ご飯
21日	日	ぶっかけ肉うどん、鮭ワカメおにぎり、白菜の浅漬け	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	月	とんかつ、ベ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	クリームコロッケ、オムライス、 温野菜サラダ、オニオングラウンド
23日	火	豆腐ステーキ、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	水	流しソーメン、ゆかりおにぎり、フランクフルト たまご焼き、スイカ	酢豚、カニ玉、春雨サラダ、味噌汁、ご飯
25日	木	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	金	チキン南蛮、かぼちゃと昆布の煮物、 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、 プロッコリーサラダ、味噌汁、ご飯
27日	土	豚肉とキャベツのホイコーロー風炒め、ゆで卵、 蒸し芋マイ、味噌汁、ご飯	アジフライ、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	日	肉じゃが、塩サバ、 もやしとささ身のサラダ、味噌汁、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
29日	月	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	フィッシュフライ、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
30日	火	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	とんテキ、大根とごぼ天の煮物、 玉ねぎのバター炒めポン酢かけ、味噌汁、ご飯
31日	水	春巻き、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、揚げシウマイ、玉子豆腐、味噌汁、ご飯