



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	水	豚テキ、マーボー春雨、シーフードサラダ、味噌汁、ご飯	ささ身フライ、大豆とこぶの煮物、トマトとツナの Pasta サラダ、味噌汁、ご飯
2日	木	チンジャオロース、蒸しシューマイ、さつま芋の煮っ転がし、中華スープ、ご飯	白身魚のフライ、厚揚げともやし炒め物、卵焼き、味噌汁、ご飯
3日	金	メンチカツ、納豆入り玉子焼き、マカロニサラダ、味噌汁、ご飯	デミグラスハンバーグ、ナポリタンスパゲッティ、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯
4日	土	焼きそばパン、フライドポテト、ブロッコリーとゆで卵のサラダ、牛乳	豚の生姜焼き、冷奴、れん根と人参のきんぴら、味噌汁、ご飯
5日	日	豚肉と玉ねぎのタレ焼き、ねぎ入りだし巻き玉子、わかめときゅうりの酢の物、味噌汁、ご飯	ガーリックチキン、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	月	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、大根とあげの煮物、玉子豆腐、味噌汁、ご飯
7日	火	夏野菜カレー、エビフライ、コールスローサラダ、福神漬、コンソメスープ	アスパラと豚肉のマヨ炒め、カレー焼きビーフン、さつま芋の甘煮、きのこスープ、ご飯
8日	水	三色そばろ丼、カニカマの天ぷら、和風豆腐サラダ、味噌汁	たっぷりキャベツのちゃんぽん焼き、目玉焼き、ちくわの磯辺揚げ、味噌汁、ご飯
9日	木	シーフードピラフ、ミートボール、コーングリーンサラダ、コンソメスープ	ビーフシチュー、ブレンオムレツ、トマトのイタリアンサラダ、ご飯
10日	金	ししゃも、高野豆腐の玉子とし、小松菜の胡麻和え、味噌汁、ご飯	豚肉と玉ねぎの生姜焼き、卵豆腐、ごぼうサラダ、味噌汁、ご飯
11日	土	照り焼きチキン、しめじとパプリカのマリネ、さつま芋の天ぷら、味噌汁、ご飯	そぼろ肉じゃが、塩さば、カニカマときゅうりの酢の物、味噌汁、ご飯
12日	日	ミートスパゲッティ、シーザーサラダ、スティックパン、コンソメスープ	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、ご飯
13日	月	鶏のから揚げ、五目炒り卵、キャベツとちくわのゆかり和え、味噌汁、ご飯	アジフライ、揚げ出し豆腐、小松菜のおかか和え、味噌汁、ご飯
14日	火	五目冷中華、ミニチャーハン、ワカメスープ、パイナップル	コロッケ、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	水	鶏肉と大豆のトマト煮、ブロッコリーのホットサラダ、スパニッシュオムレツ、コンソメスープ、ロールパン	サラダぶっかけそうめん、かぼちゃの天ぷら、鶏五目炊き込みご飯
16日	木	牛肉コロッケ、アスパラベーコン、きのこたらこのマヨスパゲッティ、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	金	味付け豚の天ぷら、五目炊き込みご飯、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、かに玉、もやしとちくわのナムル、味噌汁、ご飯
18日	土	カルボナーラスパゲッティ、チキンナゲット、ブロッコリーとコーンのサラダ、オレンジジュース	揚げシューマイ、ほうれん草ときのこのガーリックソテー、中華炒り玉子、ご飯、味噌汁
19日	日	ししゃもフライ、厚揚げの照り焼き、ピーマンとキャベツの豚みそ炒め、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、カニカマサラダ、味噌汁、ご飯
20日	月	塩さば、ナスのマーボー炒め、さつま揚げのごま油炒め、味噌汁、ご飯	チキンクリームシチュー、エビカツ、ほうれん草のバターソテー、ご飯
21日	火	とんかつ、パンネのミートソース和え、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯	エビフライ、ナポリタンスパゲッティ、白菜とツナのおかかマヨ和え、味噌汁、ご飯
22日	水	ぶっかけ肉うどん、かやくご飯、カニカマの天ぷら、きゅうりの浅漬	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
23日	木	ハムソテー、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、ご飯	エビのチリソース炒め、ニラもやし炒め、なめ茸入り玉子焼き、味噌汁、ご飯
24日	金	焼き餃子、チャプチェ、きのこの炒り玉子、味噌汁、ご飯	牛肉と厚揚げのゴマ味噌炒め、たたききゅうりの梅肉和え、だし巻き卵、味噌汁、ご飯
25日	土	豚丼、たたきキュウリとかまぼこのマヨ醤油和え、しめじと卵の塩炒め、ワカメスープ	塩鮭、肉豆腐、ワカメとじゃこの酢の物、味噌汁、ふりかけご飯
26日	日	チキン南蛮、かぼちゃの煮物、和風焼きそば、味噌汁、ご飯	マーボー豆腐、中華春巻き、ブロッコリーサラダ、味噌汁、ご飯
27日	月	豚肉とキャベツのホイコーロー風炒め、冷奴、いんげんとちくわのゴマ和え、味噌汁、ご飯	鶏もも肉の照り焼き、コーンじゃがバター醤油炒め、イタリアンサラダ、味噌汁、ご飯
28日	火	肉じゃが、ちりめんとお松菜のお浸し、揚げシューマイ、味噌汁、ご飯	ドライカレー、トマトとチーズのオムレツ、ツナサラダ、コンソメスープ
29日	水	ハヤシライス、ハムエッグ、コーンサラダ、コンソメスープ	肉団子とキャベツのトマト煮、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
30日	木	きつねうどん、味付き鶏の天ぷら、白菜の塩こぶ和え、しめじご飯	鮭のムニエル、大根とごぼうの煮物、玉ねぎのバター炒めポン酢かけ、味噌汁、ご飯
31日	金	肉団子の甘酢炒め、ちくわと白ネギの玉子とし、中華春雨サラダ、味噌汁、ご飯	八宝菜、蒸しシューマイ、玉子豆腐、味噌汁、ご飯