



7月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	木	豚テキ、マーボー春雨、シーフードサラダ、味噌汁、ご飯	ささ身しそフライ、大豆とごぼうの煮物、トマトとツナの Pasta サラダ、味噌汁、ご飯
2	金	ホットドック、フライドポテト、ブロッコリーとゆで卵のサラダ、牛乳	鶏のつくね、厚揚げともやしの炒め物、里芋の煮物、味噌汁、ご飯
3	土	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	豚の生姜焼き、冷奴、れん根と人参のきんぴら、味噌汁、ご飯
4	日	チンジャオロース、ししゃものフライ、さつま芋のサラダ、味噌汁、ご飯	ビーフコロッケ、ナポリタンスパゲッティ、きのこのサラダ、味噌汁、ご飯
5	月	豚肉と玉ねぎのタレ焼き、ねぎ入り玉子、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	火	お好み焼き、ツナサラダ、のり玉おにぎり、味噌汁、オレンジ	鶏ももの竜田揚げ、大根とあげの煮物、玉子豆腐、味噌汁、ご飯
7	水	夏野菜カレー、エビフライ、コールスローサラダ、福神漬け、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	木	ミートスパゲッティ、コーングリーンサラダ、チキンナゲット、ベーコン野菜スープ	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
9	金	八宝菜、揚げギョウザ、里芋の煮っ転がし、味噌汁、ご飯	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
10	土	ししゃも、高野豆腐とインゲンの玉子とし、かぼちゃのつま煮、味噌汁、ご飯	牛肉のガーリック醤油炒め、冷奴、ごぼうサラダ、味噌汁、ご飯
11	日	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	鮭の塩焼き、そぼろ肉じゃが、カニカマときゅうりの酢の物、味噌汁、ご飯
12	月	シーフードピラフ、ミートボール、シーザーサラダ、ポトフ風スープ	えびかつのタルタルソース、ポテトオムレツ、ハムとキュウリのサラダ、味噌汁、ご飯
13	火	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	水	五目冷し中華、ミニチャーハン、揚げシュウマイ、ワカメ玉子スープ、スイカ	ムネ肉のバターソテー、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	木	ハヤシライス、ベーコンエッグ、福神漬け、グリーンサラダ、オニオンスープ	きつねうどん、かぼちゃの天ぷら、白菜の塩こぶ和え、わかめご飯
16	金	ポークピカタ、アスパラのサラダ、きのこたらこのマヨスパゲッティ、味噌汁、ご飯	焼き肉丼、もやしときゅうりのナムル、茶碗蒸し、味噌汁
17	土	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	中華肉団子、かに玉、チンゲン菜とエリンギの中華炒め、味噌汁、ご飯
18	日	カルボナーラスパゲッティ、ミニアメリカンドッグ、レタスとコーンのイタリアンサラダ、コンソメスープ	フライドチキン、コーンエッグ、ほうれん草ときこのガーリックソテー、味噌汁、ご飯
19	月	白身魚のフライ、厚揚げの照り焼き、シーフード焼きビーフン、味噌汁、ご飯	牛肉と厚揚げのゴマ味噌炒め、粉ふきいも、カニカマサラダ、味噌汁、ご飯
20	火	焼き鮭、ナスのマーボー炒め、なめたけの玉子焼き、味噌汁、ご飯	チキンクリームシチュー、ゆで卵のタルタルソース和え、ほうれん草とベーコンのキッシュ、ご飯
21	水	デミカツ丼、おぼろ豆腐、キャベツとピーマンのウスターソース炒め、けんちん汁	和風おろしハンバーグ、じゃがいものガーリックソテー、白菜とツナのおかかマヨ和え、味噌汁、ご飯
22	木	焼きそば、コーンのかき揚げ、きゅうりの浅漬、味噌汁、おかかおにぎり	クリームコロッケ、オムライス、温野菜サラダ、
23	金	ハムソテー、エビときこのグラタン、トマトとレタスのサラダ、オニオンスープ、ロールパン	エビのチリソース、ニラもやし炒め、中華炒り玉子、味噌汁、ご飯
24	土	エビの天ぷらオーロラソース、五目チャブチエ、きのこの炒り玉子、味噌汁、ご飯	親子丼、カニカマの天ぷら、たたききゅうりの梅肉和え、味噌汁
25	日	ブリの照り焼き、キュウリとかまぼこのマヨ醤油和え、たけのこの土佐煮、味噌汁、ご飯	塩さば、肉豆腐、ワカメとじゃこの酢の物、味噌汁、ご飯
26	月	デミグラスハンバーグ、トマトとコーンのフレンチサラダ、イタリアンスパゲッティ、オニオンスープ、ご飯	ドライカレー、トマトとチーズのオムレツ、シーフードサラダ、コンソメスープ
27	火	豚肉とキャベツのホイコーロー風炒め、玉子豆腐、ツナパスタサラダ、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	水	チキン南蛮、かぼちゃとごぼうの煮物、和風焼きそば、味噌汁、ご飯	マーボー豆腐、中華春巻き、ブロッコリーとじゃがいものホットサラダ、味噌汁、ご飯
29	木	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、ご飯	チキンカツ、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
30	金	サラダぶっかけそうめん、野菜のかき揚げ、五目炊き込みご飯、パイナップル	鮭のムニエル、大根とごぼうの煮物、玉ねぎのバター炒めボン酢かけ、味噌汁、ご飯
31	土	肉団子の甘酢炒め、ふかしさつま芋、中華春雨サラダ、味噌汁、ご飯	蒸しシュウマイ、五目ビーフン、金時豆の甘煮、味噌汁、ご飯