



7月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	土	鶏肉と大豆のトマト煮、キャベツのホットサラダ スパニッシュオムレツ、味噌汁、ご飯	ささ身の胡麻ソース、大豆とこぶしの煮物、 コーンとハムのパスタサラダ、味噌汁、ご飯
2	日	豚テキ、マーボー春雨、 シーフードサラダ、味噌汁、ご飯	鶏のつくね、厚揚げともやし炒め物、里芋の煮物 味噌汁、ご飯
3	月	チキンカツ、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、チョレギサラダ れんこんと人参のきんぴら、味噌汁、ご飯
4	火	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	コーンクリームコロッケ、ナポリタンスパゲッティ、 きのこのサラダ、味噌汁、ご飯
5	水	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、ミートグラタン ミモザサラダ、コンソメスープ、ご飯
6	木	ミックスサンドウィッチ、ハッシュドポテト フルーツヨーグルト、野菜スープ	かぼちゃのコロッケ、大根とあげの煮物 ほうれん草の胡麻和え、味噌汁、ご飯
7	金	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	豚肉とブロッコリーのマヨ炒め、さつま芋の甘煮 れんこんとこんにゃくの甘辛炒め、味噌汁、ご飯
8	土	焼きそば、コーンのかき揚げ きゅうりの浅漬け、味噌汁、おかかおにぎり	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	日	八宝菜、揚げギョウザ、金時豆の甘煮 味噌汁、ご飯	和風おろしハンバーグ、じゃがいものガーリックソテー 白菜のおかかマヨ和え、味噌汁、ご飯
10	月	ボークピカタ、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	牛肉と玉ねぎのガーリック醤油炒め、冷奴、 ごぼうサラダ、味噌汁、ご飯
11	火	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	水	シーフードピラフ、チキンナゲット、 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	木	鶏のから揚げ、五目炒り卵、キャベツのゆかり和え 味噌汁、ご飯	アジフライ、揚げ出し豆腐、 水菜のおかか和え、味噌汁、ご飯
14	金	サラダぶっかけそうめん、ちくわのチーズ揚げ 五目炊き込みご飯、すいか	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	土	ハヤシライス、ベーコンエッグ、福神漬け 海藻サラダ、オニオンスープ	きつねうどん、かぼちゃの天ぷら、 白菜のゆかり和え、ひじきご飯
16	日	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	焼肉、もやしときゅうりのナムル、茶碗蒸し、 味噌汁、ご飯
17	月	ちらし寿司、味付け豚の天ぷら 小松菜とじゃこのお浸し、味噌汁	中華春巻き、かに玉 チンゲン菜とエリンギの中華炒め、味噌汁、ご飯
18	火	親子丼、切り干し大根の煮物 たたききゅうりの梅肉和え、味噌汁	フライドチキン、コーンエッグ ブロッコリーときのこのガーリックソテー、味噌汁、ご飯
19	水	白身魚のフライ、厚揚げの照り焼き カレー焼きビーフン、味噌汁、ご飯	牛肉とたまねぎのゴマ味噌炒め、粉ふきさつま芋 カニカマサラダ、味噌汁、ご飯
20	木	牛肉のタレ焼き、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	金	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	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
22	土	ミートボール入りミートスパゲッティ、コーンサラダ ベーコン野菜スープ、スティックパン	オムライス、ビーフコロッケ 温野菜サラダ、コーンポタージュスープ
23	日	ハムソテー、エビときのこのグラタン、 トマトときゅうりのサラダ、オニオンスープ、バターライス	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	月	鶏の竜田揚げ、キュウリとかまぼこのマヨ醤油和え、 筑前煮、味噌汁、ご飯	牛丼、いんげんとちくわのかき揚げ 白菜ときゅうりのこぶ漬け、味噌汁
25	火	エビの天ぷらオーロラソース、五目チャブチェ、 きのこの炒り玉子、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	水	煮込みハンバーグ、玉ねぎとサニーレタスのフレンチサラダ 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、 グリーンサラダ、コンソメスープ
27	木	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	金	チキン南蛮、かぼちゃとこぶしの煮物 和風焼きそば、味噌汁、ご飯	マーボー豆腐、中華春巻き チンゲン菜とカニカマの中華炒め、味噌汁、ご飯
29	土	お好み焼き、カリカリじゃこの和風サラダ のり玉おにぎり、味噌汁、オレンジ	メンチカツ、たらこスパゲッティ、 かぼちゃのマッシュサラダ、野菜スープ、ご飯
30	日	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、パイナップル	鮭のムニエル、大根とさつま揚げの煮物、 玉ねぎのバター炒めボン酢かけ、味噌汁、ご飯
31	月	肉団子の甘酢炒め、高野豆腐の煮物、 中華春雨サラダ、味噌汁、ご飯	海鮮かき揚げ、五目ビーフン、 山芋の煮物、味噌汁、ご飯