



7月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	月	フライドフィッシュ、鶏肉と大豆のトマト煮 キャベツのホットサラダ、味噌汁、ご飯	ささ身の胡麻ソース、ミートオムレツ コーンとハムのパスタサラダ、味噌汁、ご飯
2	火	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	水	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	木	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	金	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、ミニグラタン ミモザサラダ、コンソメスープ、ご飯
6	土	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	日	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、プレーンオムレツ トマトのイタリアンサラダ、ご飯
8	月	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きんぴら、玉子スープ、ご飯
9	火	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	水	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	牛肉と玉ねぎのバター醤油炒め、冷奴 ごぼうサラダ、味噌汁、ご飯
11	木	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	金	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	土	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	日	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、	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	月	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	火	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、オレンジ	焼肉、もやしときゅうりのナムル、茶碗蒸し 味噌汁、ご飯
17	水	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	木	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	金	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	土	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ソテー、ご飯
21	日	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	月	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	火	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	水	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 白菜ときゅうりのごぶ漬け、味噌汁
25	木	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	金	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、コンソメスープ、ご飯	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
27	土	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	日	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 チンゲン菜とカニカマの中華炒め、味噌汁、ご飯
29	月	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、豚汁	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
30	火	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	水	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