



7月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	水	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、チーズオムレツ コーンとハムのパスタサラダ、味噌汁、ご飯
2	木	豚肉と野菜のオイスターソース炒め、マーボー春雨 シーフードサラダ、味噌汁、ご飯	鶏のつくね、厚揚げともやしの炒め物、里芋の煮物 味噌汁、ご飯
3	金	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	土	そぼろ肉じゃが、水菜サラダ 蒸ししゅうまい、味噌汁、ご飯	鮭の塩焼き、大豆とごぼうの煮物 カニカマときゅうりの酢の物、味噌汁、ご飯
5	日	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マヨ醤油和え、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、味噌汁、ご飯
6	月	焼きそば、コーンのかき揚げ きゅうりの浅漬け、味噌汁、おかかご飯	ビーフシチュー、ウィンナーのキッシュ トマトのイタリアンサラダ、ご飯
7	火	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	鶏肉のボン酢炒め、大根とあげの煮物 ほうれん草の胡麻和え、コンソメスープ、ご飯
8	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	トンテキ、さつま芋の甘煮 ブロッコリーと人参のサラダ、玉子スープ、ご飯
9	木	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 キャベツのおかかマヨ和え、味噌汁、ご飯
10	金	ボークピカタ、アスパラのサラダ きのここと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	土	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	ケチャップチキン、ポテトオムレツ フレンチサラダ、オニオンスープ、ご飯
12	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	コーンクリームコロッケ、ベーコンスパゲッティ きのこのサラダ、味噌汁、ご飯
13	月	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 きゅうりのおかか和え、味噌汁、ご飯
14	火	ぶっかけそうめん、ちくわの磯部揚げ レタスのゴマドレサラダ、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 ひじきサラダ、味噌汁、ご飯
15	水	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	メンチカツ、根菜の田舎煮 かぼちゃのマッシュサラダ、野菜スープ、ご飯
16	木	ホットドック、フライドポテト ゆで卵のサラダ、オレンジジュース	焼肉、もやしときゅうりのナムル、茶碗蒸し 味噌汁、ご飯
17	金	味付け豚の天ぷら、こんにゃくと平天の煮物 小松菜とじゃこのお浸し、味噌汁、ご飯	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	土	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	日	カレー焼きビーフン、厚揚げの照り焼き バンバンジー、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	月	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	チキン南蛮、かぼちゃと昆布の煮物 レタスとコーンのサラダ、味噌汁、ご飯
21	火	デミカツ丼、おぼろ豆腐 キャベツのお浸し、味噌汁	たっぷり野菜のちゃんぽん焼き、目玉焼き ちくわの磯辺揚げ、味噌汁、ご飯
22	水	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、オニオンスープ
23	木	ハムソテー、マカロニグラタン トマトときゅうりのサラダ、オニオンスープ、ご飯	牛丼、厚揚げおろしボン酢 白菜ときゅうりのごぼう漬、味噌汁
24	金	流しそうめん、鶏の天ぷら、おかかおにぎり、すいか	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
25	土	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	きつねうどん、かぼちゃの天ぷら 白菜と人参のお浸し、鮭わかめご飯
26	日	エビの天ぷらオーロラソース、五目チャプチェ 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
27	月	豚肉とキャベツのホイコーロー風炒め、玉子豆腐 ツナサラダ、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 こんにゃくのおかか煮、味噌汁、ご飯
28	火	チキンクリームシチュー、フランクフルト ほうれん草とベーコンのソテー、ご飯	海鮮チヂミ、マーボー豆腐 キャベツと玉ねぎのオイスターソース炒め、味噌汁、ご飯
29	水	お好み焼き、カリカリじゃこの和風サラダ のり玉ご飯、豚汁	ドライカレー、トマトのオムレツ グリーンサラダ、コンソメスープ
30	木	五目冷し中華、ミニチャーハン、揚げシューマイ 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、味噌汁、ご飯
31	金	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、カニカマとキャベツの中華炒め 山芋の煮物、味噌汁、ご飯