



7月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2019年

日 曜	献立	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる	(その他の食品)
2 火	豆腐のあんかけ丼 切干大根のナムル 焼きとうもろこし オレンジ マクロビオティックの日	米・発芽玄米・木綿豆腐・豆プラス・玉葱・人参・椎茸・グリーンピース・油・みりん・砂糖・醤油・片栗粉・だし 切干大根・胡瓜・赤パプリカ・白ごま・ごま油・醤油 とうもろこし・油/オレンジ			
3 水	お野菜たっぷり冷やしうどん ちくわの天ぷら 南瓜の甘煮 プチゼリー 昨日7/2は「うどんの日」でした	ツナ缶・わかめ・ちくわ プチゼリー	うどん・白ごま・マヨネーズ 小麦粉・油・砂糖	もやし・キャベツ・胡瓜・人参 南瓜・インゲン	醤油・みりん・だし・塩
4 木	豚肉 青菜と厚揚げの煮浸し ごはん じゃが芋と若布のみそ汁 パイン缶 和メニュー	豚肉/厚揚げ/わかめ みそ	砂糖・油/米/じゃが芋	玉葱・ごぼう・糸蒟蒻/青菜 白菜/パイン缶	みりん・醤油・だし
5 金	カラフルばらちらし エビフライ ポイルドブロッコリー 桃色そうめん汁 すいか おなばお	でんぶ・焼きのり えびフライ	米・砂糖/油/桃色そうめん	赤パプリカ・黄パプリカ・胡瓜 かんぴょう・椎茸・人参 ブロッコリー/貝割れ/すいか	酢・塩・だし・醤油
8 月	鮭の付け焼き 玉子焼き 磯煮 ごはん 大根としめじのみそ汁 オレンジ 和メニュー	鮭/厚焼きたまご/ひじき 油揚げ/みそ	油/砂糖/米	人参・インゲン/大根・しめじ オレンジ	醤油・みりん・だし
9 火	油淋鶏 もやしの中華風和え物 ごはん 若布スープ プチゼリー 中華の日	鶏肉/わかめ/プチゼリー	片栗粉・油/ごま油・砂糖 米	ねぎ・しょうが・にんにく/もやし 胡瓜・人参・木耳・貝割れ	醤油・みりん・酢・中華味
10 水	発芽玄米ごはん オクラ納豆 車麩でみそカツ 豆腐と豆苗のお吸い物 白桃缶 7/10は「なっとうの日」	米・発芽玄米/オクラ・納豆・白ごま・醤油 車麩・小麦粉/パン粉・油・砂糖・みそ・みりん 木綿豆腐・豆苗・だし・醤油/白桃缶		マクロビオティックの日	
11 木	ポークチャップ マカロニサラダ ごはん 青菜と油揚げのみそ汁 メロン みんな大好きメニュー	豚肉/油揚げ・みそ	小麦粉・油・砂糖/マカロニ マヨネーズ/米	玉葱/胡瓜・コーン・キャベツ 青菜/メロン	ケチャップ・だし
12 金	キーマカレー カリフラワーとじゃが芋のサブジ(炒め煮) ブチマト パナナ 世界味めぐりインド	鶏肉	米・油・じゃが芋 カレールウ/砂糖	玉葱・人参・コーン・グリーンピース カリフラワー・にんにく・しょうが ブチマト/パナナ	塩・こしょう
16 火	太刀魚の塩焼き 和風麻婆茄子 ごはん じゃが芋と若布のみそ汁 すいか 薬膳料理	太刀魚/豚肉/わかめ みそ	油/ごま油・片栗粉/米 じゃが芋	なす・玉葱・人参・グリーンピース 椎茸/すいか	塩・醤油・みりん・だし
17 水	しらすと高菜の混ぜごはん 肥後田菜(豆腐・茄子・こんにゃく) タイピーエン(春雨入り五目スープ) メロン ご当地グルメ熊本県	米・発芽玄米・しらす干し・たかな漬・白ごま 木綿豆腐・なす・蒟蒻・油・みそ・砂糖・みりん 春雨・キャベツ・人参・玉葱・椎茸・油揚げ・ごま油・中華味・塩・こしょう/メロン		マクロビオティックの日	
18 木	鶏の竜田揚げ 糸切昆布の炒め煮 ごはん 麩と玉葱のみそ汁 プリンアラモード みんな大好きメニュー	鶏肉/糸切昆布・油揚げ みそ/プリン ホイップクリーム	片栗粉・油/砂糖/米/麩	しょうが/人参・インゲン/玉葱 みかん缶・パイン缶	みりん・醤油・だし
19 金	黒糖ロール 100%ジュース ハムステーキ ナポリタンス/パゲティ パイン缶 パンの日	ハムステーキ/ウインナー	黒糖ロール/スバゲティ・油	ジュース/玉葱・ピーマン マッシュルーム コーン/パイン缶	ケチャップ
22 月	さごしの煮付け 花野菜のごまごし ごはん 切干大根と若布のみそ汁 黄桃缶 和メニュー	さごし/わかめ・みそ	砂糖/すりごま/米	しょうが/ブロッコリー カリフラワー・人参/切干大根 黄桃缶	醤油・みりん・だし
23 火	冷たい中華そば(ころ中華) 焼売 三色ナムル パナナ めんの日	かまぼこ/焼きのり/焼売	ラーメン/白ごま・ごま油	コーン・ねぎ/もやし・人参・青菜 パナナ	醤油ラーメンスープの素 塩・こしょう・醤油
24 水	ハンバーグ ポテトとコーンとインゲンのソテー ごはん 南瓜と玉葱のスープ オレンジ みんな大好きメニュー	ハンバーグ	油/じゃが芋/米	コーン・インゲン/南瓜・玉葱 オレンジ	ケチャップ・塩・こしょう コンソメ
25 木	鶏の照り焼き 茄子のオランダ煮 ごはん 厚揚げとキャベツのみそ汁 すいか 和メニュー	鶏肉/厚揚げ・みそ	油/砂糖/米	しょうが/なす・赤パプリカ 黄パプリカ・キャベツ/すいか	みりん・醤油・だし
26 金	味付ロールパン 100%ジュース 白身魚フライ 野菜炒め パイン缶 パンの日	白身フライ/ウインナー	ロールパン/油	ジュース/キャベツ・玉葱・人参 ピーマン/パイン缶	塩・こしょう・醤油
29 月	とうもろこしごはん 肉じゃがコロケ 春雨サラダ 花麩と貝割れのお吸い物 オレンジ あじごはんの日	コロケ	米/油/春雨・マヨネーズ 花麩	コーン/胡瓜・人参・玉葱 貝割れ/オレンジ	塩・ケチャップ・だし・醤油
30 火	発芽玄米ごはん ごま昆布納豆 スズキの付け焼き 具沢山のみそ汁 プチゼリー マクロビオティックの日	米・発芽玄米/ごま昆布・納豆・醤油 すずき・しょうが・醤油・みりん・油 里芋・油揚げ・大根・蒟蒻・人参・ねぎ・みそ・だし/プチゼリー			
31 水	親子丼 南瓜のおかか煮 キャベツと油揚げのお浸し メロン ※なぞなぞ: どうして親子丼というのでしょうか?(こたえは下に) どんぶりの日	卵・鶏肉/花かつお 油揚げ	米・砂糖・油	玉葱・ねぎ・椎茸/南瓜 キャベツ/メロン	みりん・醤油・だし

材料等の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いたします。

なぞなぞの答え: とりにくがおかあさんで、たまごがこどもだから。