2020年 7月 献立表

聖ヶ丘保育園 こども未来学舎

	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)誕生日会		8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	
	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	20日(月)		21(火)	22日(水)	23日海の日 30日(木)	24日スポーツの日 31日(金)	25日(土)	27日(月)	28日(火)	29日(水)
献立名	麻婆なす ナムル オレンジ ご飯	オムレツ 切干大根のサラダ スープ ご飯	とりの唐揚げ ブロッコリーサラダ 中華スープ ご飯	豚丼 味噌汁 メロン	冷やし中華 デラウェア	牛肉のちらし寿司 すまし汁 すいか	鮭の塩焼き 煮びたし 味噌汁 ご飯	トマトシチュー スパゲティサラダ ゆでたまご ご飯	白身魚の梅焼き きんぴらごぼう 味噌汁 ご飯	チキンカツ 白菜とベーコンのソテー スープ ご飯	あんかけうどん バナナ	夏野菜カレー フルーツヨーグルト	豚肉の生姜焼き しらす和え 赤だしの味噌汁 ご飯	チャーハン 中華スープ すいか
食品名及び分量	ぶたひき肉 33.57 ゆでなす 27.97 にんにく 0.51 しょうが 0.45 にんじん 8.14 たまねぎ 19.98 生しいたけ 6.71 なたね油 0.56 砂糖 2.52 濃口しょうゆ 2.52 豆みそ 2.52 鶏がらだし 0.56 ごま油 0.56 片栗粉 1.12 りょくとうもやし 29.85 かにかまぼこ 5.59 チンゲンサイ 15.69 砂糖 0.84 濃口しょうゆ 0.84 鶏がらだし 0.28 ごま 0.28 ごま油 0.31 食塩 0.08 オレンジ 17 精白米 38.94	鶏卵 35.66 ベーコン 11.19 じゃがいも 10.07 たまねぎ 7.89 ほうれんそう 2.01 食塩 0.11 生クリーム 5.59 コンソメ(洋風だし) 0.17 トマトケチャプ 5.59 本みりん 1.12 切干しだいこん 2.24 にんじん 7.55 スイートコーン 3.36 冷凍えだまめ 2.8 ロースハム 5.59 マヨネーズ 3.52 濃口しょうゆ 0.67 ほんしめじ 6.5 りょくとうもやし 13.13 こまつな 10.35 コンソメ(洋風だし) 1.17 食塩 0.11 精白米 38.94	若鶏もも 60 おろしにんにく 0.56 しょうが 0.5 本みりん 1.68 濃口しょうゆ 1.68 料理酒 1.68 片栗粉 5.3 なたね油 12 ブロッコリー 5.87 キャベツ 19.42 にんじん 8.81 焼き竹輪 5.59 いりごま 1.68 マヨネーズ 3.36 砂糖 1.12 米酢 0.84 濃口しょうゆ 0.84 ごま油 0.56 にら 6.43 生しいたけ 6.09 りょくとうもやし 19.69 チンゲンサイ 8.63 鶏がらだし 1.42 食塩 0.08 精白米 38.94	精白米 52 ぶたばら 64.34 たまねぎ 42.07 にんじん 10.07 青ねぎ 5.2 しょうが 0.45 顆粒和風だし 0.22 砂糖 1.96 本みりん 1.96 濃口しょうゆ 3.92 料理酒 1.12 なたね油 0.56 くりかぼちゃ 18.27 生揚げ 10.15 えのきたけ 6.9 カットわかめ 0.2 淡色辛みそ 7.44 かつお・こんぶだし メロン 60	中華めん 110 鶏卵 11.3 とうもろこし油 6.2 きゅうり 20 だいずもやし 20 ロースハム 20 米酢 3 砂糖 3.5 ごま油 0.6 鶏がらだし 0.16 濃口しょうゆ 3.7 トマト 12 ぶどう 45	精白米 52 いりごま 1.12 米酢 7.83 砂糖 4.7 食塩 0.89 鶏卵 11.89 牛もも 25.17 ごぼう 5.03 しょうが 0.45 にんじん 12.59 乾しいたけ 0.45 凍り豆腐 1.85 とうもろこし油 0.56 濃口しょうゆ 1.12 砂糖 1.12 本みりん 1.12 焼きのり 0.28 でんぷ 1.12 さやえんどう 2.04 そうめん 6.77 にんじん 4.87 たまねぎ 5.09 オクラ 4.6 蒸しかまぼこ 5.41 薄口しょうゆ 3.72 かつお・こんぶだし すいか 87.5	さけ 60 食塩 0.1 なたね油 1.2 ほうれんそう 29.37 油揚げ 5.22 ぶなしめじ 11.75 にんじん 7.05 本みりん 0.64 薄口しょうゆ 1.29 かつお・こんぶだし 0.1 とうがん 11.84 キャベツ 11.5 たまねぎ 9.54 青ねぎ 3.78 淡色辛みそ 8.12 かつお・こんぶだし 0.26 精白米 38.94	若鶏もも 27.97 木綿豆腐 15.66 じゃがいも 25.17 たまねぎ 21.03 にんじん 16.28 オクラ 5.71 大豆 5.59 おろしにんにく 0.56 トマトホール缶詰 27.97 コンソメ(洋風だし) 1.29 砂糖 1.4 トマトケチャプ 8.95 食塩 0.1 片栗粉 0.84 とうもろこし油 0.56 マカロニ・スパゲティ 6.36 トウミョウ 8.5 ロースハム 5.3 黄ピーマン 3.82 きゅうり 15.8 マヨネーズ 3.75 食塩 0.16 鶏卵 25 食塩 0.1 精白米 38.94	あかうお 60 梅びしお 5.59 いりごま 0.14 本みりん 1.57 砂糖 0.31 甘みそ 0.28 濃口しょうゆ 0.28 ごぼう 10.07 れんこん 6.71 にんじん 7.55 板こんにゃく 4.48 焼き竹輪 5.59 砂糖 0.78 本みりん 0.65 濃口しょうゆ 0.98 ごま油 0.66 木綿豆腐 18.94 えのき 3.25 青ねぎ 3.25 カットわかめ 0.23 淡色辛みそ 8.12 かつお・こんぶだし 1.01 精白米 38.94	若鶏もも 60 食塩 0.11 薄力粉 5.59 鶏卵 7.13 パン粉 8.39 なたね油 11.19 ウスターソース 0.56 トマトケチャプ 5.59 はくさい 42.95 トウミョウ 6.52 冷凍コーン 5.59 ベーコン 8.38 有塩バター 0.56 コンソメ(洋風だし) 0.39 食塩 0.09 まいたけ 6.04 りょくとうもやし 13.13 こまつな 10.35 コンソメ(洋風だし) 1.17 食塩 0.11 精白米 38.94	ゆでうどん 34.27 ぶたもも 22.38 はくさい 21.03 たまねぎ 15.78 にんじん 9.06 ぶなしめじ 7.55 青ねぎ 3.12 濃口しょうゆ 4.31 本みりん 1.12 かつお・こんぶだし 1.29 片栗粉 0.56 バナナ 50	精白米 52 牛もも 22 たまねぎ 12.46 かぼちゃ 10 トマト 10.2 なす 7.2 オクラ 4.6 スイートコーン 3.2 黄ピーマン 3.82 ズッキーニ 6.2 ひよこまめ 1.07 カレールウ 11.48 とうもろこし油 0.56 脱脂粉乳 8.39 生クリーム 1.12 砂糖 2.8 白桃缶 7.83 パインアップル缶詰 7.83 みかん缶詰 7.83 洋なし缶詰 7.83	ぶたロース 50.35 たまねぎ 36.36 しょうが 0.67 濃口しょうゆ 2.52 本みりん 2.24 砂糖 1.12 料理酒 1.12 なたね油 0.28 キャベツ 28.53 にんじん 6.04 みずな 9.51 冷凍コーン 5.59 しらす干し 5.59 いりごま 0.56 砂糖 0.56 濃口しょうゆ 1.12 かつお・こんぶだし 0.1 なめこ 5.3 さといも 10.5 油揚げ 2.8 長ねぎ 4.85 えのきたけ 6.9 根みつば 2.2 カットわかめ 0.14 赤色辛みそ 8.12 かつお・こんぶだし 0.54 精白米 38.94	精白米 46.99 鶏卵 11.89 ぶたひき肉 11.19 たまねぎ 13.15 にんじん 10.07 青ねぎ 5.2 マヨネーズ 1.12 ごま油 0.22 鶏がらだし 1.41 濃口しょうゆ 0.94 食塩 0.07 チンゲンサイ 11.5 しめじ 8.63 みずな 5.75 顆粒中華だし 1.42 食塩 0.14 すいか 87.5
おやつ	ようかん ミルク	とうもろこし 16日焼きとうもろこし	ババロア ミルク	お菓子	五目おにぎり	オレンジケーキ ミルク	オレンジケーキ ミルク	小倉トースト ミルク	フライドポテト ミルク ※30日はのり塩	わらびもち ミルク	お菓子	みたらし団子 ミルク	ココアクッキー ミルク	抹茶ようかん ミルク
食品名及び分量	こしあん 35 寒天 0.45 脱脂粉乳 20 砂糖 2	とうもろこし 100 食塩 0.15	おやつ 15 豆乳 33.83 脱脂粉乳 20 砂糖 2		精白米 40 鶏もも(皮なし) 10.15 にんじん 4.87 乾しいたけ 0.27 焼き竹輪 3.38 板こんにゃく 3.38 濃口しょうゆ 1.35 本直しみりん 1.35 料理酒 1.35 りしりこんぶ 0.1	薄力粉 13.53 ベーキングパウダー 0.54 鶏卵 5.75 無塩バター 3.65 砂糖 6.77 あんずジャム 5.41 みかん缶詰 6.09 みかんジュース 3.38 脱脂粉乳 20 砂糖 2	薄力粉 13.53 ベーキングパウダー 0.54 鶏卵 5.75 無塩バター 3.65 砂糖 6.77 あんずジャム 5.41 みかん缶詰 6.09 みかんジュース 3.38 脱脂粉乳 20 砂糖 2	食パン 70 つぶしあん 13.53 ソフトマーガリン 1.35 脱脂粉乳 20 砂糖 2	フライドポテト 67.66 なたね油 2.36 食塩 0.14 脱脂粉乳 20 砂糖 2 30日 じゃがいも 60.89 なたね油 2.37 あおのり 0.2 食塩 0.14 脱脂粉乳 20 砂糖 2	わらび 6.6 砂糖 4.1 きな粉 2.05 砂糖 2.05 食塩 0.02 脱脂粉乳 20 砂糖 2		白玉粉 17.59 絹ごし豆腐 18.94 砂糖 3.38 濃口しょうゆ 3.72 片栗粉 0.88 水 10.15 脱脂粉乳 20 砂糖 2	薄力粉 16.22 無塩バター 6.76 砂糖 5.41 鶏卵 2.87 ピュアココア 0.68 脱脂粉乳 20 砂糖 2	寒天 0.47 いんげんこしあん 30.45 抹茶 0.41 23.68 脱脂粉乳 20 砂糖 2