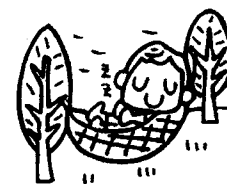




7月の献立表



令和2年7月
双葉保育園

	月	火	水	木	金	土
3歳以上児	◎いかハンバーグ		1	2	3	4
3歳未満児追加食	材料 ・いか 1ばい ・蓮根 約100g ・白はんぺん 1袋 ・長ネギ 1本 ・酒 大さじ2 ・チューブ生姜 2cm ・塩こしょう 少々 ・サラダ油 適量 作り方 ①いかはミンチ状に、長ネギはみじん切りにする。蓮根はすりおろす。 ②①のいかにはんぺん・長ネギ・生姜・酒・塩こしょうを入れてよく混ぜる。 ③フライパンに油を入れ、ハンバーグのように焼く。お好みで醤油・おろし大根などかけてはいかががでしょう		豆乳ポトフ わかめのみぞれ和え キウイフルーツ △ すり身フライ	4歳児→クッキング 白身魚のグラタン 中華サラダ スイカ △ 味噌汁(小松菜・うず揚げ) 串さし	五目冷奴 さつま芋グラッセ りんご △ 清汁(キャベツ・玉葱) 春巻き	わかめラーメン ラビットサラダ オレンジ △ えび団子
おやつ			牛乳・ロックビスケット	お茶・とうもろこし	ミルク・おかし	
3歳以上児	6	7	8	9	10	11
3歳未満児追加食	△ コンソメスープ(ほうれん草・玉葱) しゅうまい		△ 味噌汁(切干大根・じゃが芋) 冷奴	△ コンソメスープ(ほうれん草・キャベツ) 納豆和え	人参ご飯、清汁(にら・卵) 大根お焼き	△ 冷製じゃが芋ポターージュ
おやつ	ミルク・おかし		牛乳・おほしさまスイートポテト	ミルク・おかし	お茶・キャロットゼリー	ミルク・おかし
3歳以上児	13	14	15	16	17	18
3歳未満児追加食	△ 味噌汁(チンゲン菜・もやし) さつま芋のお焼き		△ 清汁(はんぺん・しめじ) ベーコン巻き	△ 小田巻蒸し	ゆかりご飯、ジャーマンポテト	△ 清汁(オクラ・えのき) 干草焼き
おやつ	牛乳・揚げパン		ミルク・おかし	ミルク・おかし	ミルク・おかし	牛乳・ピザトースト
3歳以上児	20	21	22	23	24	25
3歳未満児追加食	△ 味噌汁(茄子・葱) きびなごの煮付		△ 清汁(わかめ・玉葱)	わかめご飯、コンソメスープ(トマト・インゲン) 卵豆腐		△ 清汁(オクラ・えのき) 干草焼き
おやつ	ミルク・おかし		牛乳・クロックムッシュ	お茶・アイスクリーム		牛乳・ピザトースト
3歳以上児	27	28	29	30	31	☆未満児☆
3歳未満児追加食	△ 味噌汁(わかめ・もやし) 里芋の甘煮		△ 清汁(ほうれん草・玉葱) 芋のマーマレード	△ 甘煮	△ コンソメスープ(キャベツ・人参) 水餃子	△ 清汁(そうめん・玉葱) 中華きゅうり
おやつ	お茶・牛乳くずもち		ミルク・おかし	牛乳・チーズ蒸しパン	ミルク・おかし	ミルク・おかし

☆未満児☆
朝のおやつ(牛乳)があります。毎週月、水、金曜日にはいりこ又は果物、木曜日には温野菜、又は芋類があります。△は、白ご飯です。