

令和 6 年度



7 月 予 定 献 立 表



高野保育園

日 曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ
			主食	追加	10時	
1 月	ヤンニョムチキン風 添え野菜 切り干し大根煮 三色和え	鶏肉 片栗粉 みりん ケチャップ にんにく ごま油 ごま キャベツ 切り干し大根 平天 人参 大豆 油揚げ 葱 煮干し 小松菜 もやし 胡瓜 赤ピーマン かつお	パン	牛乳	ゼリー	ヨーグルト ケーキ
2 火	魚の梅みそ焼き 添え野菜 南瓜の甘煮 中華サラダ 牛乳	さば みりん 砂糖 梅肉 みそ しょうが もやし 南瓜 鶏ひき肉 油揚げ 昆布 枝豆 煮干し キャベツ 人参 小松菜 胡瓜 ハム えのき しめじ ごま油 ごま 牛乳	飯	ワカメ	牛乳 Caせんべい	スイカ
3 水	冷奴風 きんぴらごぼう ツナ昆布和え レバー煮	豆腐 白す干し 葱 ぼん酢 ごぼう ちくわ 糸こんにやく 人参 レンコン インゲン ごま ツナ 昆布 キャベツ 胡瓜 もやし 赤ピーマン 鶏レバー	パン	牛乳	ヨーグルト	ホワイト ポンチ
4 木	スパニッシュオムレツ 添え野菜 すまし汁 納豆和え プルーン	卵 合挽肉 トマト じゃが芋 玉葱 チーズ 生クリーム トマトケチャップ ブロッコリー えのき 人参 ワカメ 鮎 三つ葉 煮干し 納豆 小松菜 もやし 胡瓜 人参 かつお プルーン	飯	菜	牛乳 ポーロ	マーマレード ジャムトースト
※ 5 金	夏野菜カレー コロッケ 添え野菜 ハイナップサラダ 乳酸菌アップル	米 牛肉 豚肉 玉葱 人参 茄子 南瓜 ピーマン りんご ルウ チーズ コロッケ トマト ハイナップ ツナ ブロッコリー 人参 胡瓜 オリーブ油 酢 しょうゆ 乳酸菌アップル	飯		フルーツ	ゼリー&ビスコ 3未 ゼリー
6 土	肉うどん フルーツ 牛乳 (もも組・ばら組参観日)	干めん 牛肉 玉葱 椎茸 人参 ほうれん草 かつお 煮干し みりん しょうゆ パナナ 牛乳	めん		100%ジュース ウエハース	せんべい
8 月	豚の生姜焼き 添え野菜 茄子の揚げびたし 白す和え	豚肉 しょうが みりん しょうゆ もやし 茄子 油 めんつゆ かつお 葱 煮干し 白す干し キャベツ ちくわ 胡瓜 人参 小松菜 しょうゆ	パン	牛乳	ヨーグルト	クリームチーズ & 3未 レーズンサンド
9 火	魚のムニエルタルタル 添え野菜 トマトスープ 海藻サラダ チーズ	さけ 小麦粉 オリーブ油 タルタルソース ブロッコリー トマト ベーコン じゃが芋 スキニ 玉葱 キャベツ コンソメ 海藻 大根 胡瓜 ささ身 人参 ごま 青じそレタシグ チーズ	飯	ゆかり	牛乳 Caせんべい	ハワイアン グラフィティ
10 水	鶏肉の照り焼き 添え野菜 ひじきと大豆の炒め煮 ニラサラダ	鶏肉 みりん しょうゆ にんにく キャベツ 干ひじき ちくわ 大豆 人参 葱 煮干し ニラ ハム 卵 胡瓜 みかん トマト もやし ごま ごま油 酢	めん	野菜	100%ジュース 昆布	焼き豚 おにぎり
11 木	巣ごもり卵 五目ビーフン ごまマヨ和え 牛乳	卵 鶏ひき肉 玉葱 トマト ケチャップ ビーフン 豚肉 玉葱 しいたけ チンゲン菜 菊 赤・黄ピーマン オイスターソース ごま油 ブロッコリー ツナ 胡瓜 人参 マヨレ ごま 牛乳	飯	ひじき	ゼリー	冷凍みかん 2以下 みかん
12 金	魚の梅煮 大学南瓜 冷しゃぶ風サラダ	さば 昆布 しょうが 梅 砂糖 しょうゆ 酒 ごぼう 南瓜 油 ごま 豚肉 キャベツ 胡瓜 トマト えのき 玉葱 人参 ぼん酢	パン	牛乳	フルーツ	肉みそ そうめん
13 土	スタミナ中華 フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 キャベツ もやし 人参 葱 煮干し 鶏がら 中華ダレ(もも3以下 みりん しょうゆ コンソメ) パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 7スバラビスケット	せんべい
16 火	豆腐ハンバーグハヤシソース 煮浸し フルーツサラダ	合挽肉 豆腐 卵 玉葱 人参 チーズ パン粉 トマト 玉葱 マッシュルーム ルウ 小松菜 チンゲン菜 鶏肉 油揚げ もやし パナナ 胡瓜 黄桃 みかん パイン マヨレ ヨーグルト	飯	ワカメ	牛乳 ウエハース	フライド ポテト
17 水	鶏肉の甘辛揚げ 添え野菜 ラタトゥイユ 春雨の和風サラダ 牛乳	鶏肉 小麦粉 片栗粉 みりん しょうゆ 油 ごま ブロッコリー 南瓜 玉葱 茄子 トマト ベーコン スキニ 赤・黄ピーマン コンソメ 春雨 ちくわ 小松菜 胡瓜 人参 キャベツ マヨレ 牛乳	パン	プルーン	フルーツ	アイスクリーム 3以下 ヨーグルト
18 木	魚のタンドリー風 添え野菜 みそ汁 オクラの梅肉和え フルーツ	さわら ケチャップ ヨーグルト カレー粉 オリーブ油 にんにく キャベツ 豆腐 茄子 玉葱 葱 油揚げ みそ 煮干し オクラ ささ身 小松菜 もやし 胡瓜 人参 梅 かつお 甘夏	飯	きな粉	100%ジュース チーズ	プリン&ウエハース プリン
19 金	🎉🎉🎉 タべのつどい(希望保育 ※お弁当の日) 🎉🎉🎉					お菓子
20 土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 大根 里芋 人参 ごぼう 葱 煮干し みりん しょうゆ パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 7スバラビスケット	せんべい
22 月	魚の香草パン粉焼き 添え野菜 ナポリタン 中華きゅうり	鮭 パン粉 粉チーズ オリーブ油 赤ピーマン バセリ キャベツ 干スバラグテー 玉葱 ベーコン しめじ ピーマン ケチャップ 胡瓜 トマト ささ身 もやし 玉葱 ごま ごま油	飯	ふりかけ	ゼリー	コロッケクッキー 3未 クッキー
◎ 23 火	ぶっかけうどん 鶏のレモン焼き 添え野菜 ホトサラダ フルーツ	干めん 薄焼 オクラ みかん 天かす 煮干し かつお みりん しょうゆ 鶏肉 塩麹 レモン トマト じゃが芋 ハム 胡瓜 人参 レーズン マヨレ ハイナップ	めん		牛乳 Caせんべい	チーズケーキ 2以下 米粉炒め
24 水	ミートグラタン 昆布巻煮 おかか和え	合挽肉 玉葱 茄子 スキニ トマト ハヤシウ 小麦粉 バター 牛乳 チーズ 昆布巻 キャベツ ツナ 小松菜 胡瓜 人参 かつお	パン	牛乳	ヨーグルト	枝豆と梅 おにぎり
25 木	魚の南蛮漬け 煮豆 のり和え	メルルサ 片栗粉 小麦粉 油 玉葱 人参 赤・黄ピーマン 酢 砂糖 しょうゆ うずら豆 砂糖 のり キャベツ もやし 小松菜 胡瓜	飯	菜	100%ジュース プルーン	バナナ マフィン
26 金	マーボー茄子 ちくわオクラ 梅マヨサラダ 牛乳	豚ひき肉 玉葱 人参 茄子 菊 しいたけ 葱 煮干し ごま油 みそ ケチャップ 砂糖 にんにく ちくわ オクラ ツナ 大根 胡瓜 レンコン 人参 梅肉 マヨレ 牛乳	パン	チーズ	フルーツ	ヨーグルト&小魚 3未 ヨーグルト
27 土	親子丼 フルーツ 牛乳	米 卵 鶏肉 玉葱 しいたけ 人参 煮干し 昆布 三つ葉 砂糖 みりん しょうゆ パナナ 牛乳	飯		乳酸菌飲料 7スバラビスケット	せんべい
29 月	ポーグソテー 添え野菜 卵の花のいり煮 フレンチサラダ	豚肉 小麦粉 バセリ ケチャップ バター もやし おから ちくわ 椎茸 人参 ごぼう 糸こんにやく 葱 煮干し キャベツ じゃが芋 ツナ 胡瓜 赤ピーマン フレンチレタシグ	めん	野菜	牛乳 ウエハース	鮎のラスク
30 火	魚の西京焼き 添え野菜 中華スープ たらこ和え 枝豆	さわら 白みそ みりん しょうが キャベツ 冬瓜 鶏ひき肉 卵 人参 しいたけ 玉葱 トマト 葱 ごま油 コンソメ たらこ レンコン じゃが芋 胡瓜 人参 枝豆	飯	ワカメ	ヨーグルト	フレンチ トースト
31 水	鶏肉のマーナード焼き 添え野菜 ゴーヤチャンプルー 青菜のナムル	鶏肉 マーナード にんにく しょうゆ ブロッコリー ゴーヤ キャベツ 豚肉 卵 豆腐 玉葱 人参 みりん ツナ 小松菜 もやし 胡瓜 ごま ごま油 酢	パン	牛乳	100%ジュース チーズ	フルーチェ 3以下 ゼリー

※ 5日(金)七夕会です。園庭で採れた野菜も使って夏野菜カレーを作ります◎

◎ 23日(火)誕生会です。5日、23日は3上の人はお着だけ用意して下さい。

☆七夕(たなばた)☆

七夕は五穀豊穡や厄除けを願う乙女が着物を織って棚にお供えする「棚機津女(たなばたつめ)」という日本の神事と中国から伝えたた織機や機織りの上達を願う「乞巧でん(きこうでん)」という風習それに織女星と牽牛星の伝説が合わさったものといわれています。最近では短冊に願いを書いて笹竹につるし、星に折るお祭りへと変化しています。

