

# 7月予定献立表

# 葛飾区渋江保育園



曜	日付	メニュー	主 な 材 料		
			熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの
郷土料理 長崎県 火 2		血うどん ツナポテト 果物ヨーグルトかけ	蒸し中華めん サラダ油 ごま油 片栗粉 じゃが芋 みかん缶 もも缶	豚肉 ほたて缶 車ふ ツナ缶 無糖ヨーグルト	にんじん たまねぎ 干しいたけ キャベツ もやし ピーマン パセリ
七夕 メニュー 金 5		キラキラドライカレー 果物 キャベツサラダ 天の川スープ	米 押麦 オリーブ油 砂糖 サラダ油 そうめん	鶏ひき肉	たまねぎ トマト缶 なす ピーマン トマトピューレー にんじん キャベツ オクラ すいか
月 8		胚芽米ごはん 味噌汁 鶏肉と大豆のトマト煮 果物 じゃこサラダ	胚芽精米 サラダ油 砂糖	鶏もも 大豆 ちりめんじゃこ みそ	たまねぎ にんじん トマトピューレー さやいんげん キャベツ もやし わかめ こまつな メロン
水 10		枝豆ごはん 味噌汁 魚の香味焼き 果物 冬瓜のそぼろ煮	米 砂糖 片栗粉 サラダ油	さけ 鶏ひき肉 みそ	えだまめ にんじん とうがん たまねぎ キャベツ わかめ すいか
火 16		押麦入りごはん 味噌汁 豚肉のケチャップ炒め 果物 おかか煮	米 押麦 サラダ油 じゃが芋	豚肉 かつお節 みそ	たまねぎ ピーマン にんじん キャベツ オクラ すいか
世界の料理 フランス 木 18		ソフトフランスパン 果物 カレーポトフ キャロットラペ	ソフトフランスパン サラダ油 じゃが芋 砂糖	鶏もも	にんじん たまねぎ キャベツ ミニトマト レーズン メロン

- \* この献立表は区内公立保育園統一の予定表です。行事その他の都合により、内容を変更することがありますのでご了承ください。
- \* パン(食パン・ドックパン・ロールパン・胚芽パン・ライ麦パン・フランスパン・ソフトフランスパン)は、卵と牛乳を使用していません。
- \* 中華麺(蒸し中華麺・生中華麺)は、卵と牛乳を使用していません。