

令和3年(2021年)7月

給食だよ!



下東条西保育所

月	火	水	木	金	土
<p>* 花・雪組は1日(木)にお米1合を持ってきてください。 7日・28日に使用する分です</p> <p>* 月組は1日(木)にお米1.5合を持ってきてください。 2日夕食(わくわく☆ナイト)・7日・28日に使用する分です</p> <p>* 20日(火)はスマイル弁当デーです</p>			<p>1</p> <p>すき焼き風煮 牛肉・焼き豆腐 人参・青葱・玉葱・白菜・牛蒡・椎茸 糸こんにゃく・麩</p> <p>酢の物 ちりめん・わかめ きゅうり ずりごま</p> <p>オレンジ</p>	<p>2</p> <p>わくわく☆ナイト 麻婆茄子 合挽き肉 人参・青葱・茄子・玉葱・筍・干し椎茸 片栗粉・中華スープ</p> <p>中華サラダ ハム・卵・春雨・わかめ 人参・きゅうり ずりごま・ごま油</p> <p>バナナ</p>	<p>3</p> <p>ポトフ ウインナー 人参・キャベツ・玉葱 じゃが芋・コンソメ</p> <p>のり佃煮</p> <p>オレンジ</p>
<p>5</p> <p>ポークビーンズ 豚肉・ベーコン・竹輪・大豆 人参・いんげん・玉葱 じゃが芋・コンソメ・ケチャップ</p> <p>小松菜とわかめのナムル わかめ 小松菜・トマト・コーン ごま油</p> <p>オレンジ</p>	<p>6</p> <p>高野豆腐のオランダ煮 鶏ひき肉・高野豆腐 人参・青葱・玉葱・干し椎茸 片栗粉</p> <p>きゅうりの塩昆布和え ちりめん・塩昆布 人参・きゅうり・もやし</p> <p>バナナ</p>	<p>7</p> <p>七夕ちらし むき海老・卵・高野豆腐・刻み海苔 人参・きゅうり・ゆで干し大根</p> <p>すまし汁 そうめん 人参・玉葱・おくら</p> <p>グレープフルーツ 手作りおやつ セタゼリー</p>	<p>8</p> <p>米粉焼き 合挽き肉・チーズ 人参・青葱・玉葱・キャベツ じゃが芋・米粉・ソース・マヨネーズ</p> <p>ちりめんとピーマンの佃煮 ちりめん ピーマン</p> <p>オレンジ</p>	<p>9</p> <p>☆赤魚の酒蒸し・味噌汁 赤魚・味噌・豆腐・わかめ・油揚げ 玉葱</p> <p>もやしとわかめの和え物 竹輪・わかめ もやし・コーン ずりごま・ごま油</p> <p>バナナ 手作りおやつ ロールメロンパン</p>	<p>10</p> <p>トマトそうめん ツナ トマト・きゅうり そうめん・ごま油・いりごま</p> <p>ふりかけ</p> <p>オレンジ</p>
<p>12</p> <p>☆揚げじゃが芋の煮物 鶏肉・大豆 人参・ピーマン・玉葱・生椎茸 じゃが芋</p> <p>おひたし 竹輪 人参・ほうれん草・もやし ずりごま</p> <p>オレンジ</p>	<p>13</p> <p>魚の野菜あんかけ メルルーサ 人参・ピーマン・南瓜・玉葱・しめじ・筍 干し椎茸・エリンギ・片栗粉</p> <p>ちくこん煮 竹輪 こんにゃく</p> <p>バナナ おやつ ヨーグルト</p>	<p>14</p> <p>タンドリーチキン 鶏肉・ヨーグルト トマト カレー粉・ケチャップ</p> <p>じゃが芋とブロッコリーのサラダ ハム 人参・ブロッコリー・コーン じゃが芋・マヨネーズ</p> <p>グレープフルーツ</p>	<p>15</p> <p>五目卵焼き 海老・卵・ひじき・豆腐 人参・青葱・玉葱・干し椎茸</p> <p>刻み昆布とツナの炒め煮 ツナ・刻み昆布 人参・蓮根 こんにゃく</p> <p>オレンジ 手作りおやつ いもち</p>	<p>16</p> <p>ミートスパゲティ 合挽き肉 人参・玉葱 バスター・ケチャップ</p> <p>サラダ・ふりかけ ウインナー・卵・ふりかけ ブロッコリー・トマト</p> <p>バナナ</p>	<p>17</p> <p>親子丼 鶏肉・卵 人参・青葱・玉葱・椎茸</p> <p>棒チーズ</p> <p>オレンジ</p>
<p>19</p> <p>高野豆腐の五目煮 鶏肉・高野豆腐 人参・いんげん・玉葱・干し椎茸 じゃが芋・こんにゃく</p> <p>ひじきと大豆のサラダ ツナ・春雨・大豆・ひじき 人参・きゅうり マヨネーズ</p> <p>オレンジ</p>	<p>20 スマイル弁当デー</p> <p>唐揚げ・スパゲティサラダ 鶏肉・生薑・ハム・卵 トマト・ブロッコリー・人参・きゅうり・玉葱 片栗粉・バスター・マヨネーズ</p> <p>☆じゃが芋の煮つけ転がし じゃが芋</p> <p>果汁100%ゼリー</p>	<p>21</p> <p>さばの味噌煮 鯖・味噌 生姜</p> <p>五目金平・棒チーズ 竹輪・油揚げ・プロセスチーズ 人参・牛蒡 こんにゃく・いりごま</p> <p>グレープフルーツ</p>	<p>22</p> <p>海の日</p>	<p>23</p> <p>スポーツの日</p>	<p>24</p> <p>麻婆豆腐 合挽き肉・豆腐 人参・青葱・玉葱・干し椎茸・筍・生姜</p> <p>味噌つけ海苔</p> <p>オレンジ</p>
<p>26</p> <p>夏野菜の炊き合わせ 竹輪・鶏肉 人参・南瓜・いんげん・茄子・玉葱 干し椎茸・じゃが芋</p> <p>春雨の酢の物 ハム・春雨・わかめ きゅうり ずりごま</p> <p>オレンジ</p>	<p>27</p> <p>さけのフライ 鮭・卵 トマト・ブロッコリー 小麦粉・パン粉</p> <p>マカロニサラダ ハム・卵 人参・トマト・ブロッコリー・きゅうり マカロニ・マヨネーズ</p> <p>バナナ</p>	<p>28</p> <p>☆うな丼風 竹輪・刻み海苔・卵</p> <p>味噌汁 豆腐・油揚げ・味噌・わかめ 人参・青葱・玉葱・えのき じゃが芋</p> <p>グレープフルーツ 手作りおやつ ブルーベリーヨーグルト</p>	<p>29</p> <p>ゆで干し大根煮 竹輪・鶏肉・油揚げ 人参・青葱・ゆで干し大根・干し椎茸 糸こんにゃく</p> <p>竹輪のカレー揚げ 竹輪・卵・カレー粉 小麦粉</p> <p>オレンジ</p>	<p>30</p> <p>夏祭りメニュー 粉かつお・豚肉・青のり 人参・青葱・キャベツ・玉葱・もやし 焼きそば麺・ソース</p> <p>ウインナー とうもろこし・パン缶・みかん缶</p> <p>手作りおやつ チョコバナナ</p>	<p>31</p> <p>冷やし中華 カニカマ・卵 トマト・きゅうり 中華麺・ずりごま</p> <p>ふりかけ</p> <p>オレンジ</p>

このマークのついている日は白飯を持参して下さい。
※お米の入った袋に名前を書いてください。

※食材は都合により変更する場合があります。

* いもちの作り方

材料:じゃが芋 500g
片栗粉 50g
ピザ用チーズ 50g
塩 少々

作り方:①じゃが芋を茹でつぶす
②チーズ・片栗粉・塩を入れて混ぜる。
(片栗粉は固さを見て調節する)
③平たい丸に成形し、焼く

30日はラップおにぎり
をお願いします。

