



Menu 2022.07.16-31 Ayame nursery school

日	曜	副 食	食 材	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
16	土	白身魚のかば焼き 春雨サラダ オレンジ 小松菜の味噌汁	白身魚、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、みりん風調味料、三温糖、はるさめ、にんじん、きゅうり、わかめ、ロースハム、和風ドレッシング、ネーブル、こまつな、たまねぎ、かぼちゃ、えのきたけ、煮干し、麦みそ	牛乳 どうぶつビスケット	牛乳 カステラ
18	月	海 の 日			
19	火	 枝豆しらすごはん 鮭のチーズ焼き すいか	ジャージャーうどん 卵焼き ミニゼリー リンゴジュース	 牛乳 ウエハース	牛乳 手作りパン
20	水	白身魚のピカタ 大根と豚ひき肉の炒め煮 ミニトマト キャベツのみそ汁	白身魚、卵、小麦粉、パセリ、豚ひき肉、だいこん、にんじん、しめじ、しょうゆ、三温糖、料理酒、ごま油、ミニトマト、きゃべつ、たまねぎ、しめじ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 キウイ	牛乳 ぜんざい
21	木	ささ身のごまフライ きゅうりとチーズのおかか和え パイン ワカメスープ	ささ身、小麦粉、パン粉、卵、ごま(白)、ごま(黒)、サラダ油、きゅうり、にんじん、プロセスチーズ、きゃべつ、かつお節、三温糖、しょうゆ、パインアップル、わかめ、たまねぎ、えのきたけ、こねぎ、ごま、中華だし	牛乳 白桃缶	スキムミルク じゃがバター
22	金	鶏肉の竜田揚げ ひじきの含め煮 オレンジ 厚揚げのみそ汁	鶏肉、しょうが、料理酒、うすくちしょうゆ、片栗粉、サラダ油、豚肉、芽ひじき、れんこん、だいず(水煮)、にんじん、板こんにゃく、油揚げ、三温糖、ネーブル、厚揚げ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、わかめ、麦みそ、煮干し、ほうれんそう	牛乳 ミニボルガ	牛乳 ゴマ団子
23	土	キャベツのしゅうまい きゅうりとカニカマの酢の物 チーズ ふわふわスープ	豚ひき肉、むきえび(冷凍)、しょうが、絹ごし豆腐、長ねぎ、たまねぎ、卵、片栗粉、きゃべつ、サラダ油、ごま油、グリーンピース、きゅうり、かに風味かまぼこ、わかめ、にんじん、もやし、酢、三温糖、うすくちしょうゆ、プロセスチーズ、長ねぎ、えのきたけ、卵、中華だし、こねぎ	牛乳 バナナ	牛乳 オレンジムース
25	月	ほうれん草の豆乳キッシュ ひじきとごぼうのツナサラダ 枝豆 キャロットスープ	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、さつまいも、シャウエッセン、卵、豆乳、バター(無塩)、こしょう、トマトケチャップ、芽ひじき、しょうゆ、三温糖、ツナ缶、えだまめ(冷凍)、にんじん、ささがきごぼう、きゅうり、マヨネーズ、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、いんげんまめ、しめじ、コンソメ	牛乳 ビスコ	スキムミルク フルーツポンチ
26	火	白身魚のゴマ焼き ほうれん草とたまごのナムル ミニトマト むらくも汁	白身魚、しょうが、小麦粉、うすくちしょうゆ、ごま(白)、ごま(黒)、ほうれんそう、たまねぎ、もやし、にんじん、卵、しょうゆ、鳥がらだし、三温糖、ごま油、ミニトマト、卵、たまねぎ、にんじん、木綿豆腐、わかめ、煮干し、かつお節、片栗粉、こまつな	牛乳 キウイ	牛乳 シューアイス
27	水	冷やしそうめん中華 エビのかき揚げ バナナ	そうめん、つゆ、きゅうり、ほうれんそう、もやし、トマト、卵、こねぎ、ロースハム、ごま油、むきえび(冷凍)、にんじん、長ねぎ、たまねぎ、にんじん、さつまいも、天ぷら粉、サラダ油、バナナ	牛乳 栄養ボーロ	牛乳 じゃがまる
28	木	豆腐のドライカレー レンコンのきんぴら 西瓜 オレンジジュース	豚ひき肉、木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、ピーマン、しいたけ、ほうれんそう、しょうゆ、ウスターソース、カレー粉、トマトケチャップ、れんこん、にんじん、しらたき、ごま(白)、しょうゆ、三温糖、ごま油、すいか、オレンジジュース	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 お芋のホイールケーキ
29	金	鶏肉の味噌漬け焼き ほうれん草とじゃこのおひたし 枝豆 さつま芋とごぼうのみそ汁	鶏肉、米みそ、三温糖、みりん風調味料、料理酒、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、板付かまぼこ、ちりめんじゃこ、しょうゆ、三温糖、えだまめ(冷凍)、さつまいも、ごぼう、たまねぎ、わかめ、煮干し、麦みそ、こねぎ	牛乳 オレンジ	牛乳 どうぶつボーロ
30	土	豚肉の南部揚げ サラダスパゲッティ パイン ほうれん草の豆乳ポタージュ	豚肉、料理酒、しょうゆ、片栗粉、小麦粉、ごま(白)、ごま(黒)、スパゲティ、きゅうり、にんじん、ロースハム、マヨネーズ、パインアップル、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、さつまいも、豆乳、バター(無塩)、コンソメ	牛乳 かつぱえびせん	牛乳 ジャムサンド

