

7月献立表

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 火	黒糖パン ミートローフ マカロニサラダ もやしスープ くだもの	黒糖パン 豚ひき肉・豆腐・パン粉・豆乳・人参・玉葱・中濃ソース・ケチャップ マカロニ・コーン・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 もやし・人参・玉葱・えのき・鶏がら・醤油	クラッカー 梅そぼろおにぎり 米・鶏ひき肉・梅干し・ごま油 にんにく・酒・味噌・醤油
2 水	ごはん 鯖の香り焼き 納豆和え チキンスープ くだもの	米 鯖・醤油・酒・砂糖・みりん・にんにく・生姜 納豆・小松菜・キャベツ・人参・かつお節・味噌・みりん・醤油 鶏ひき肉・大根・玉葱・キャベツ・人参・鶏がら・塩	黒ごまビスケット ココアホットケーキ ホットケーキ粉・豆乳・ココア・砂糖・油
3 木	ごはん 梅ジンジャーポーク 胡瓜の酢の物 豆腐の味噌汁 くだもの	米 豚ばら・玉葱・もやし・キャベツ・梅干し・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 胡瓜・わかめ・竹輪・ごま・酢・砂糖・塩 豆腐・玉葱・えのき・人参・味噌	ビスケット ボーロ 小麦粉・砂糖・豆乳バター・油
4 金	ごはん 鶏のレモン焼き 切干大根のごま酢和え なすの味噌汁 くだもの	米 鶏もも・レモン果汁・オリーブ油・塩・醤油 切干大根・人参・ツナ・小松菜・ごま・酢・醤油・砂糖 なす・玉葱・えのき・わかめ・味噌	ルヴァン ピザトースト 食パン・ベーコン・コーン・玉葱 ピーマン・チーズ・ケチャップ
5 土	ひじきごはん キャベツの味噌汁 くだもの	米・牛ひき肉・ひじき・人参・白滝・砂糖・みりん・醤油・ごま油・塩 キャベツ・えのき・玉葱・わかめ・味噌	おやつ いちごロール
7 月	とうもろこしごはん のりマヨチキン 春雨サラダ 人参スープ くだもの	米・とうもろこし・醤油・塩・ごま油 鶏もも・マヨネーズ・にんにく・塩・のり 春雨・胡瓜・人参・ごま・酢・砂糖・醤油・ごま油 人参・豆腐・えのき・わかめ・鶏がら・醤油	クラッカー お星様クッキー 小麦粉・砂糖・油・水・ココア
8 火	ごはん 豚肉と野菜の甘辛炒め 切干大根煮 厚揚げの味噌汁 くだもの	米 豚ばら・玉葱・キャベツ・もやし・生姜・醤油・みりん・砂糖・ごま油 切干大根・人参・かつお節・醤油・砂糖・酒・みりん 厚揚げ・玉葱・えのき・わかめ・味噌	ビスケット 抹茶蒸しパン ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・抹茶
9 水	冷やしうどん 南瓜のそぼろ煮 チョレギ風サラダ くだもの	ゆでうどん・焼豚・胡瓜・もやし・レモン果汁・生姜 醤油・みりん・ごま油 南瓜・鶏ひき肉・砂糖・醤油・片栗粉 キャベツ・竹輪・人参・のり・醤油・ごま油	黒ごまビスケット ツナおにぎり 米・ツナ・醤油・ごま
10 木	ごはん 鮭のみりん漬け焼き 春雨の炒め物 油揚げの味噌汁 くだもの	米 鮭・酒・みりん・醤油 春雨・鶏もも・ピーマン・人参・鶏がら・醤油・酒・ごま油 油揚げ・玉葱・キャベツ・わかめ・味噌	ルヴァン いちごジャムケーキ ホットケーキ粉・砂糖・いちごジャム 豆乳・油
11 金	ごはん 豚肉とオクラのマヨ炒め もやしの和え物 しめじの味噌汁 くだもの	米 豚ばら・おくら・玉葱・人参・酒・砂糖・オイスター・マヨネーズ・醤油 もやし・切干大根・胡瓜・ごま・酢・醤油・砂糖・ごま油 しめじ・玉葱・豆腐・キャベツ・味噌	とろペー 豆乳もち 豆乳・片栗粉・砂糖・きな粉・塩
12 土	鶏ごぼうごはん 具だくさん汁 くだもの	米・鶏ひき肉・人参・ごぼう・醤油・みりん・酒・油 豆腐・人参・玉葱・さつま芋・味噌	おやつ 芋パン
14 月	ごはん ねぎ塩鶏レバー おくらのネバネバ和え 豚もやしスープ くだもの	米 鶏レバー・ねぎ・生姜・ごま油・砂糖・酒・鶏がら・塩・ごま おくら・キャベツ・のり・醤油 豚ばら・もやし・玉葱・キャベツ・人参・生姜・味噌・鶏がら・ごま油	ビスケット コーンとじゃが芋のお焼き じゃが芋・コーン・塩・マヨネーズ 片栗粉
15 火	ごはん 豚なすピーマン味噌炒め もやしの中華和え 麩のすまし汁 くだもの	米 豚ばら・なす・ピーマン・生姜・にんにく・味噌・砂糖・醤油・みりん・酒 もやし・人参・胡瓜・醤油・酢・砂糖・ごま油 麩・えのき・玉葱・わかめ・醤油・塩	クラッカー マカロニきな粉 マカロニ・きな粉・砂糖・塩

★未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は給食・午後おやつのときに牛乳を提供しています。
★献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。
★マヨネーズ・パン・加工肉・ホットケーキ粉・朝おやつ・カレールウは卵・乳不使用のものを使用しています。

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
16 水	ごはん 牛肉とごぼうの炒め煮 キャベツの甘酢和え えのきの味噌汁 くだもの	米 牛もも・ごぼう・白滝・ごま・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 キャベツ・胡瓜・しらす・酢・砂糖・醤油 えのき・豆腐・玉葱・キャベツ・味噌	ルヴァン 南瓜スコーン ホットケーキ粉・豆乳・豆乳バター 砂糖・南瓜
17 木	からあげパン 青のりポテト 塩豚汁 くだもの	ロールパン・鶏もも・醤油・酒・にんにく・生姜 片栗粉・油 じゃが芋・油・青のり・塩 豚ばら・大根・豆腐・油揚げ・人参・ねぎ・鶏がら・塩・酒・みりん	ビスケット シャーベット
18 金	ごはん かれいのごま焼き モロヘイヤの和え物 五目汁 くだもの	米 かれい・黒ごま・ごま・醤油・みりん モロヘイヤ・キャベツ・のり・醤油 鶏もも・ごぼう・人参・しめじ・さつま芋・味噌	クラッカー ベーコンパン ホットケーキ粉・豆乳・ベーコン・玉葱 マヨネーズ
19 土	塩ラーメン もみのり and え くだもの	中華麺・豚もも・玉葱・人参・キャベツ・もやし 醤油・鶏がら・塩・ごま油 キャベツ・小松菜・のり・醤油	おやつ あんぱん
21 月	海の日		
22 火	ごはん 鶏のマヨポン焼き ひじきの煮物 じゃが芋の味噌汁 くだもの	米 鶏もも・マヨネーズ・酒・醤油・みりん・ポン酢 ひじき・人参・油揚げ・ごま・ごま油・醤油・砂糖・酒・みりん じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・味噌	ビスケット お好み焼き 小麦粉・キャベツ・にら・豚ばら お好みソース
23 水	なすミートスパゲティ 焼ポテト コーンサラダ くだもの	スパゲティ・合挽肉・玉葱・人参・なす・にんにく・油 小麦粉・ケチャップ・トマトピューレ・ウスター・砂糖・塩 じゃが芋・塩・油 キャベツ・胡瓜・コーン・ツナ・醤油・酢・砂糖	とろペー わかめおにぎり 米・炊き込みわかめ・ごま
24 木	ごはん 回鍋肉 塩ナムル わかめスープ くだもの	米 豚ばら・人参・キャベツ・ピーマン・味噌・酒・砂糖・醤油 小松菜・もやし・コーン・鶏がら・醤油・塩・ごま油・ごま わかめ・玉葱・人参・えのき・キャベツ・鶏がら・醤油	ルヴァン バナナケーキ ホットケーキ粉・バナナ・豆乳・油 砂糖
25 金	ごはん 豚肉の香味焼き のりじゃこ和え 南瓜の味噌汁 くだもの	米 豚ロース肉・にんにく・酒・みりん・醤油・オイスター・ごま油 小松菜・キャベツ・人参・しらす・のり・醤油 南瓜・玉葱・えのき・人参・味噌	黒ごまビスケット ルヴァンサンド ルヴァン・いちごジャム
26 土	梅じゃこチャーハン 豆腐スープ くだもの	米・豚もも・しらす・梅干し・玉葱・ねぎ・にんにく 醤油・塩・酒・ごま 豆腐・えのき・人参・わかめ・醤油・鶏がら	おやつ りんごジャムパン
28 月	ごはん 鶏のバーベキューソース トマトとキャベツの甘酢和え 春雨スープ くだもの	米 鶏もも・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 トマト・キャベツ・胡瓜・酢・砂糖・醤油 春雨・人参・えのき・コーン・わかめ・鶏がら・塩	クラッカー 和風スパゲティ スパゲティ・ベーコン・玉葱・しめじ にんにく・塩・醤油
29 火	ごはん 豚肉のオイスター炒め 中華きゅうり 野菜スープ くだもの	米 豚ばら・ピーマン・キャベツ・しめじ・酒・オイスター・醤油・砂糖・ごま油 胡瓜・鶏がら・醤油・ごま油・酢・ごま 人参・もやし・キャベツ・えのき・鶏がら	ビスケット レーズン蒸しパン ホットケーキ粉・豆乳・レーズン・砂糖
30 水	ごはん さわらの西京焼き はりはりサラダ すまし汁 くだもの	米 さわら・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ 小松菜・人参・竹輪・切干大根・ひじき・ごま・醤油・ごま油 豆腐・玉葱・わかめ・えのき・醤油・塩	黒ごまビスケット フルーツヨーグルト ヨーグルト・みかん缶・バナナ・桃缶・砂糖
31 木	夏野菜カレー コーンとキャベツのサラダ 金時豆煮 くだもの	米・鶏もも・かぼちゃ・なす・人参・ピーマン 玉葱・カレールウ・油 コーン・キャベツ・胡瓜・醤油・酢・砂糖・かつお節 金時豆・砂糖・醤油	とろペー とうもろこし とうもろこし・塩