

7月献立表



	献立名		朝おやつ・午後おやつ
1 水	ごはん 鶏のさっぱり煮 塩ナムル なすの味噌汁 くだもの	米 鶏肉・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・酢 小松菜・もやし・人参・醤油・ごま油・鶏がら・塩・ごま なす・玉葱・えのき・わかめ・味噌	ルヴァン バナナ蒸しパン ホットケーキ粉・砂糖・豆乳 油・バナナ
2 木	ごはん 鮭のみりん漬け焼き はりはりサラダ 油揚げの味噌汁 くだもの	米 鮭・酒・みりん・醤油 小松菜・人参・切干大根・ひじき・ごま・醤油・ごま油 油揚げ・玉葱・えのき・わかめ・味噌	黒ごまビスケット スイートポテト さつま芋・豆乳・豆乳バター・砂糖
3 金	ごはん 梅ジンジャーポーク 胡瓜の酢の物 なめこの味噌汁 くだもの	米 豚肉・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 なめこ・玉葱・豆腐・人参・味噌	クラッカー ピザトースト 食パン・ベーコン・コーン・玉葱 ピーマン・ケチャップ・豆乳チーズ
4 土	五目炊き込みごはん 人参の味噌汁 くだもの	米・鶏肉・人参・ごぼう・しめじ・油揚げ・醤油・みりん 人参・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	おやつ 芋パン
6 月	ごはん 豚肉と野菜の甘辛炒め ツナじゃが煮 えのきの味噌汁 くだもの	米 豚肉・玉葱・キャベツ・人参・しめじ・生姜・醤油・砂糖・みりん・ごま油 じゃが芋・ツナ・砂糖・醤油 えのき・玉葱・豆腐・キャベツ・味噌	とろべー 五平もち 米・味噌・砂糖・みりん・酒
7 火	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 鶏肉・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	ルヴァン お星様クッキー 小麦粉・砂糖・油・水・ココア
8 水	ごはん さわらの西京焼き ひじきの煮物 すまし汁 くだもの	米 さわら・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ ひじき・人参・油揚げ・醤油・砂糖・ごま油・酒・みりん・かつお節 麩・えのき・玉葱・わかめ・醤油・塩	黒ごまビスケット りんご紅茶ケーキ ホットケーキ粉・豆乳・砂糖・油 りんご・紅茶
9 木	黒糖パン 鶏肉のマーマレード焼き ポテトサラダ コンソメスープ くだもの	黒糖パン 鶏肉・塩・砂糖・醤油・マーマレードジャム じゃが芋・ハム・きゅうり・人参・マヨネーズ 玉葱・人参・キャベツ・もやし・コンソメ	クラッカー 梅そぼろおにぎり 米・鶏ひき肉・梅干し・にんにく・ごま油 味噌・酒・醤油
10 金	ごはん 豚肉とオクラのマヨ炒め もやしの和え物 厚揚げの味噌汁 くだもの	米 豚肉・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 厚揚げ・玉葱・えのき・わかめ・味噌	ルヴァン 抹茶豆乳もち 豆乳・砂糖・片栗粉・きな粉・塩・抹茶
11 土	牛スタミナ丼 えのきの味噌汁 くだもの	米・牛肉・キャベツ・人参・玉葱・にんにく・醤油 酒・オイスター・ごま油 えのき・玉葱・豆腐・キャベツ・ねぎ・味噌	おやつ りんごジャムパン
13 月	ごはん 鶏塩回鍋肉 もやしの中華和え 中華スープ くだもの	米 鶏肉・酒・片栗粉・塩・キャベツ・玉葱・ねぎ・にんにく・ごま油・塩 もやし・人参・きゅうり・ごま油・醤油・酢・砂糖・ごま 豆腐・人参・玉葱・えのき・鶏がら・醤油	黒ごまビスケット お好み焼き 小麦粉・キャベツ・にら・豚肉 お好みソース
14 火	ごはん 豚なすピーマン味噌炒め モロヘイヤの和え物 すまし汁 くだもの	米 豚肉・なす・ピーマン・にんにく・生姜・ごま油・味噌・砂糖・醤油・酒・みりん モロヘイヤ・キャベツ・竹輪・のり・しょうゆ・ごま油 じゃが芋・しめじ・玉葱・人参・醤油・塩	クラッカー ツナと大葉のスパゲティ スパゲティ・ツナ・玉葱・青しそ・塩 醤油・油
15 水	ごはん チーズハンバーグ キャベツのソテー 野菜スープ くだもの	米 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・中濃ソース・ケチャップ・砂糖・豆乳チーズ キャベツ・コーン・しめじ・豆乳バター・コンソメ・醤油 人参・大根・もやし・えのき・鶏がら・醤油	とろべー マシュマロサンド ルヴァン・マシュマロ

★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・カレールーは卵・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 木	ごはん かれないの香草焼き マカロニサラダ えのきスープ くだもの	米 かれない・塩・酒・パン粉・カレー粉・パセリ・油 マカロニ・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 えのき・キャベツ・人参・もやし・塩・鶏がら	ルヴァン 紅茶ボーロ 小麦粉・砂糖・油・豆乳バター・紅茶
17 金	ごはん からあげ 小松菜のおかか和え じゃが芋の味噌汁 くだもの	米 鶏肉・にんにく・生姜・醤油・酒・片栗粉・油 小松菜・もやし・醤油・かつお節 じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・味噌	黒ごまビスケット マカロニきな粉 マカロニ・きな粉・砂糖・塩
18 土	味噌煮込みうどん 南瓜の煮物 くだもの	うどん・豚肉・人参・玉葱・キャベツ・ねぎ・味噌・鶏がら 南瓜・醤油・砂糖	おやつ あんぱん
20 月	海の日		
21 火	ごはん 豚肉の味噌バター炒め 和風サラダ 南瓜の味噌汁 くだもの	米 豚肉・ごぼう・人参・玉葱・豆乳バター・味噌・酒・みりん コーン・キャベツ・わかめ・醤油・油・酢・砂糖・かつお節 南瓜・玉葱・えのき・人参・味噌	クラッカー ハムパン ホットケーキ粉・豆乳・ハム・玉葱 マヨネーズ・パセリ
22 水	ごはん 鶏のねぎ照り焼き 切干大根煮 さつま芋の味噌汁 くだもの	米 鶏肉・ねぎ・醤油・みりん 切干大根・人参・油揚げ・醤油・かつお節・砂糖・酒・みりん さつま芋・玉葱・キャベツ・人参・味噌	ルヴァン ジャムサンド 食パン・いちごジャム
23 木	冷やしうどん 南瓜のそぼろ煮 春雨の炒め物 くだもの	うどん・焼き豚・きゅうり・もやし・生姜・ごま油 醤油・みりん 南瓜・鶏ひき肉・醤油・片栗粉・砂糖 春雨・人参・玉葱・ピーマン・鶏がら・酒・醤油	黒ごまビスケット わかめおにぎり 米・炊き込みわかめ・ごま
24 金	ごはん 牛肉の大和煮 のりじゃこ和え もやしの味噌汁 くだもの	米 牛肉・玉葱・人参・生姜・醤油・酒・砂糖 小松菜・キャベツ・しらす・のり・醤油 もやし・人参・玉葱・わかめ・味噌	とろべー あんまん ホットケーキ粉・豆乳・こしあん・油
25 土	焼き豚のチャーハン にら中華スープ くだもの	米・焼き豚・にんにく・生姜・玉葱・にら・オイスター 味噌・醤油・ごま油・塩 豆腐・にら・人参・玉葱・もやし・鶏がら・醤油	おやつ いちごロール
27 月	ごはん ミートローフ 味噌ドレサラダ 春雨スープ くだもの	米 豚挽肉・豆腐・パン粉・人参・玉葱・ケチャップ・中濃ソース キャベツ・胡瓜・コーン・味噌・醤油・酢・ごま油・砂糖・ごま 春雨・えのき・人参・わかめ・鶏がら・塩	クラッカー 鮭とじゃがいものお焼き じゃが芋・鮭フレーク・片栗粉・マヨネーズ
28 火	ごはん 鯖の梅醤油焼き 納豆和え 豆腐の味噌汁 くだもの	米 鯖・梅干・醤油・みりん・砂糖・酒 おくら・キャベツ・人参・納豆・醤油・かつお節 豆腐・玉葱・えのき・人参・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
29 水	ごはん 豚肉のオイスター炒め 中華胡瓜 わかめスープ くだもの	米 豚肉・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・塩昆布・醤油・ごま油・酢・ごま わかめ・人参・玉葱・えのき・鶏がら・醤油	黒ごまビスケット フルーツポンチ りんご・バナナ・桃缶・みかん缶 砂糖
30 木	ごはん ねぎ塩鶏レバー おぐらのねばねば和え 豚もやしスープ くだもの	米 鶏レバー・ねぎ・ごま油・生姜・砂糖・酒・鶏がら・塩・ごま おくら・キャベツ・醤油・のり 豚肉・もやし・玉葱・人参・生姜・味噌・醤油・鶏がら	クラッカー ツナおにぎり 米・ツナ・しそ・醤油・ごま
31 金	夏野菜カレー 胡瓜とトマトのサラダ 金時豆煮 くだもの	米・鶏肉・かぼちゃ・なす・人参・ピーマン 玉葱・カレールー・油 コーン・トマト・胡瓜・醤油・酢・砂糖・かつお節 金時豆・砂糖・醤油	とろべー とうもろこし とうもろこし・塩

