

7月給食予定献立表

アレルギー表示 ■小麦 ●卵 ▲乳

日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				AMおやつ		PMおやつ ★は手作りおやつ		
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料	
1	金	ごはん サバの塩焼 大根と胡瓜の塩昆布和え さつま芋の煮物 味噌汁	さば 赤みそ	大根・きゅうり・人参・■塩昆布 玉ねぎ・えのきたけ	米(国産) 油 さつま芋・砂糖 じゃが芋	塩 だし・■醤油 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	りんごかん ▲牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ▲牛乳	
2	土	ピピンハッ 小松菜のおかか和え 味噌汁	豚ひき肉・大豆たんぱく かつお節 油揚げ・赤みそ	ほうれん草・玉ねぎ・人参・コーン 小松菜・キャベツ・人参 玉ねぎ	油・米(国産) 砂糖 さつま芋	塩・■鶏肉のだれ だし・■醤油 だし			ソフトせんべい ▲牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳	
4	月	麦入りごはん チキンのマヨネーズ焼 ブロッコリーとキャベツのごま和え ピーマンソテー 味噌汁	鶏肉 平天 豆腐・赤みそ	ブロッコリー・キャベツ・人参 人参・ニラ ほうれん草・えのきたけ	米(国産)・押麦 油・■小麦粉・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖・白ごま ピーマン・油	塩 ■醤油・だし 鶏がらスープ だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲きなこクッキー ▲牛乳	■ホットケーキミックス・きな粉・砂糖 ▲バター・▲牛乳 ▲牛乳	
5	火	麦入りごはん アジの蒲焼風 じゃが芋と鶏肉の煮物 味噌汁 フルーツ(バナナ)	あじ 鶏肉 赤みそ	人参・さやいんげん 大根・しめじ・青ねぎ ハイン(缶詰)	米(国産)・押麦 でん粉・油・砂糖 油・じゃが芋・砂糖	料理酒・■醤油・本みりん だし・■醤油・料理酒 だし	▲ウエハース お茶	■▲マンナウエハース 麦茶	ごまごま豆腐ドーナツ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・豆腐・砂糖 黒ごま・油・グラニュー糖 ▲牛乳	
6	水	ごはん 鶏肉と野菜の甘酢炒め ブロッコリーのサラダ 中華スープ フルーツ(バナナ)	鶏肉 豆腐	玉ねぎ・チンゲン菜・人参・黄パプリカ・しめじ ブロッコリー・人参・コーン ほうれん草・えのきたけ バナナ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 油・砂糖	料理酒・■酢・■醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 鶏がらスープ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	ソフトサラダ ▲牛乳	ソフトサラダせんべい ▲牛乳	
7	木	七夕ちらし ▲コロッケ キャベツのおかか和え 天の川にゅうめん	まぐろフレーク かつお節	人参・きゅうり・コーン・のり キャベツ・ほうれん草・人参 玉ねぎ・人参・オクラ	米(国産)・砂糖 ■▲コロッケ・油 砂糖 ■そうめん	■酢・塩 ■醤油 だし・■醤油・塩	ソフトせんべい お茶	■ソフトせんべい 麦茶	2色ゼリー ▲牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖・ダイスゼリー(みかんFe) ▲牛乳	
8	金	麦入りごはん サケのつけ焼 五色納豆 厚揚げととうがんの煮物 フルーツ(オレンジ)	さけ しらす・納豆 生揚げ	白菜・ほうれん草・人参 冬瓜・人参・グリーンピース オレシ	米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖	■醤油・本みりん ■醤油 だし・■醤油・料理酒	▲マンナビスケット お茶	■▲マンナビスケット 麦茶	お好みねぎ焼き お茶	青ねぎ・豚肉・かつお節・■小麦粉 でん粉・油・とんかつソース 麦茶	
9	土	肉豆腐丼 もやし和え物 味噌汁	豚肉・豆腐 ■ちくわ・赤みそ	玉ねぎ・干しいたけ・青ねぎ 太もやし・小松菜・人参 キャベツ・人参	砂糖・米(国産) 砂糖	だし・本みりん・料理酒・■醤油 だし・■醤油 だし			ミニアスパラガス ▲牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳	
11	月	麦入りごはん 豚肉の甘辛炒め 蒸じゃが芋 チンゲン菜の海苔和え 味噌汁	豚肉 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・ごぼう チンゲン菜・白菜・人参・のり 大根・さやいんげん	米(国産)・押麦 つきごんにやく・油・砂糖 じゃが芋 砂糖	だし・■醤油・本みりん・料理酒 塩 ■醤油・だし だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	野菜パンケーキ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・野菜&果物ジュース ▲牛乳	
12	火	ごはん 白身魚のオーロラ焼 キャベツの和え物 ●高野豆腐の卵とし すまし汁	ホキ 凍り豆腐・●卵	キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・人参・しめじ ほうれん草・玉ねぎ・人参	米(国産) ■小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖 砂糖	塩・トマトケチャップ だし・■醤油 ■醤油・だし だし・■醤油・塩	▲ウエハース お茶	■▲マンナウエハース 麦茶	▲大豆スコーン ▲牛乳	■ホットケーキミックス・▲バター ▲牛乳・大豆 ▲牛乳	
13	水	▲夏野菜カレー ひじきとさつま芋のサラダ フルーツ(バナナ)	鶏肉	なす・かぼちゃ・トマト・玉ねぎ・人参 ひじき・ブロッコリー・コーン バナナ	油・米(国産) さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	■▲カレーパウ ■醤油	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	フルーツあんみつ お茶	寒天・砂糖・みかん(缶詰) 黄桃(缶詰)・粒あん 麦茶	
14	木	麦入りごはん 赤魚の西京焼 小松菜の和え物 切干大根と大豆の煮物 すまし汁	赤魚・白みそ 大豆	小松菜・白菜・コーン 切干大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・人参	米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖 つきごんにやく・油・砂糖 ■おつけ麺	料理酒・本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし・■醤油・塩	ソフトせんべい お茶	■ソフトせんべい 麦茶	ふんわりクッキー ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 ▲牛乳	
15	金	ごはん ●豆腐チャンプルー 胡麻かぼちゃ レタスとトマトのスープ	豚肉・豆腐・●卵	玉ねぎ・太もやし・ニラ・干しいたけ・しょうが かぼちゃ レタス・玉ねぎ・トマト	米(国産) 油・砂糖・ごま油 砂糖・白ごま	■醤油・鶏がらスープ・料理酒・塩 塩・■醤油 鶏がらスープ	▲マンナビスケット お茶	■▲マンナビスケット 麦茶	黒糖蒸しパン ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖 ▲牛乳	
16	土	冷やしうどん 白菜の和え物 フルーツ(オレンジ)	鶏ささみ	太もやし・きゅうり 白菜・チンゲン菜・人参 オレシ	■うどん 砂糖	■つゆ だし・■醤油			ソフトせんべい ▲牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳	
19	火	ごはん ヤンニョムチキン ブロッコリーの和え物 フライドポテト 中華スープ	鶏肉・赤みそ	ブロッコリー・キャベツ・人参 わかめ・玉ねぎ・コーン	米(国産) でん粉・油・砂糖・ごま油 砂糖 ポテトフライ・油	料理酒・塩・トマトケチャップ・本みりん ■醤油・だし 塩 鶏がらスープ	▲ウエハース お茶	■▲マンナウエハース 麦茶	焼おにぎり お茶	米(国産)・油 ■醤油・本みりん 麦茶	
20	水	麦入りごはん アジのこま味噌焼 チンゲン菜とちくわの和え物 かぼちゃの煮物 すまし汁	あじ・白みそ ■ちくわ 生揚げ	チンゲン菜・白菜・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・グリーンピース 大根・人参	米(国産)・押麦 砂糖・白ごま・油 砂糖 つきごんにやく・油・砂糖 ■おつけ麺	本みりん・料理酒 だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし・■醤油・塩	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	もちもちジャムマフィン ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・いちごジャム ▲牛乳	
21	木	麦入りごはん ●▲中華オムレツ 春雨の酢の物 中華スープ	●卵・●▲ベーコン まぐろフレーク 豆腐	なす・玉ねぎ・青ねぎ きゅうり・人参 玉ねぎ・しめじ	米(国産)・押麦 油・でん粉 緑豆春雨・砂糖	鶏がらスープ・■醤油・塩 だし・■酢・■醤油 鶏がらスープ	ソフトせんべい お茶	■ソフトせんべい 麦茶	水ようかん ▲牛乳	寒天・こしあん 塩 ▲牛乳	
22	金	麦入りごはん 鶏肉の照焼 スバグティサラダ スープ	鶏肉	ブロッコリー・コーン 大根・ほうれん草・人参	米(国産)・押麦 油・砂糖 ■スバグティ・マヨネーズタイプ(卵不使用)	■醤油・本みりん コンソメ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	オレンジパンケーキ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・オレンジジュース ▲牛乳	
23	土	焼きそば ちくわとほうれん草の中華和え 味噌汁	豚肉・かつお節 ■ちくわ 赤みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・太もやし ほうれん草・白菜 かぼちゃ・玉ねぎ・しめじ	■焼きそば用麺・油 砂糖・ごま油	とんかつソース ■醤油・鶏がらスープ だし			ミニアスパラガス ▲牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳	
25	月	豚丼 小松菜のじゃこ和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	豚肉 しらす 赤みそ	人参・玉ねぎ・青ねぎ 小松菜・キャベツ・人参 ごぼう・しめじ オレシ	砂糖・でん粉・米(国産) 砂糖 さつま芋	だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし・■醤油 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲ハインサワーかん お茶	ハイン(缶詰)・寒天 ▲カルピス 麦茶	
26	火	麦ロールパン チキンソテー夏野菜ソース ツナサラダ スープ デザート(巨峰ゼリー)	鶏肉 まぐろフレーク	玉ねぎ・トマト・黄パプリカ・さやいんげん・ヒンにく きゅうり・人参・大根・レモン果汁 チンゲン菜・コーン	■ロールパン(卵・乳なし) 油・オリーブ油・砂糖 砂糖・オリーブ油 じゃが芋 コンソメ	塩・■醤油 ■酢・塩・■醤油 コンソメ	▲ウエハース お茶	■▲マンナウエハース 麦茶	お誕生会ケーキ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆腐 油・いちごジャム・黄桃(缶詰) ▲牛乳	
27	水	麦入りごはん サケの土佐焼 ブロッコリーの和え物 切干大根の煮物 味噌汁	さけ・かつお節 油揚げ 赤みそ	ブロッコリー・人参 切干大根・人参・小松菜 玉ねぎ・わかめ	米(国産)・押麦 油・砂糖 砂糖 油・砂糖 じゃが芋	■醤油・本みりん・料理酒 だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし	▲マンナビスケット お茶	■▲マンナビスケット 麦茶	せんべい(ぼたぼた焼) ▲牛乳	■ぼたぼた焼き ▲牛乳	
28	木	お弁当の日	お楽しみ会保育 夕食 ◎ビーフカレー ◎ビーンズサラダ ◎フルーツ(スイカ)					ソフトせんべい お茶	■ソフトせんべい 麦茶	▲シガーフライ ▲牛乳	▲シガーフライ ▲牛乳
29	金	麦入りごはん 夏野菜麻婆 マロニーの甘酢和え フルーツ(オレンジ)	豚ひき肉・大豆たんぱく・生揚げ・赤みそ	なす・玉ねぎ・黄パプリカ・ピーマン・しょうが・にんにく 人参・きゅうり オレシ	米(国産)・押麦 油・砂糖・でん粉 マロニー・ごま油・砂糖	■醤油・料理酒・鶏がらスープ ■酢・■醤油	▲マンナビスケット お茶	■▲マンナビスケット 麦茶	だべるいりこ →1才はせんべいのみ ソフトせんべい お茶	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■ソフトせんべい 麦茶	
30	土	ツナスバグティ コロコロパンキンサラダ スープ	まぐろフレーク	玉ねぎ・しめじ・人参・さやいんげん・のり かぼちゃ・きゅうり・コーン 大根・チンゲン菜・人参	■スバグティ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	鶏がらスープ・料理酒・塩・■醤油 コンソメ			ミニアスパラガス ▲牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。