

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 0.1さいのみ		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火	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（黄桃缶）	あじ 鶏肉 赤みそ	人参・さやいんげん 大根・しめじ・青ねぎ 黄桃(缶詰)	米(国産) 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	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲チーズトースト★ ▲牛乳	■▲食パン・▲ミックスチーズ マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲牛乳
2水	麦入りごはん ●豆腐チャンプルー 春巻 中華スープ	豚肉・豆腐・●卵	玉ねぎ・太もやし・ニラ・干しいたけ・しょうが ■春巻 チンゲン菜・玉ねぎ・コーン	米(国産)・押麦 油・砂糖・ごま油 油	■醤油・鶏がらスープ・料理酒・塩 鶏がらスープ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	せんべい(星たべよ) ▲牛乳	■■聖せんべい ▲牛乳
3木	ごはん 白身魚のオーロラ焼 ●高野豆腐の卵とじ すまし汁	ホキ 凍り豆腐・●卵	玉ねぎ・人参・しめじ 小松菜・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	塩・トマトケチャップ ■醤油・だし だし・■醤油・塩	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	お好みねぎ焼き★ ▲牛乳	青ねぎ・豚肉・かつお節・■小麦粉 でん粉・油・■とんかつソース ▲牛乳
4金	▲夏野菜カレー マカロニサラダ フルーツ（黄桃缶）	鶏肉・■鶏レバー煮込み	なす・かぼちゃ・トマト・玉ねぎ・人参 ブロッコリー・人参・コーン 黄桃(缶詰)	油・米(国産) ■マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用)	■▲カレールウ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	ソフトせんべい ▲牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳
5土	肉豆腐丼 もやしのおえ物 味噌汁	豚肉・焼豆腐 ■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 人参	砂糖・米(国産) 砂糖 さつま芋	だし・本みりん・料理酒・■醤油 だし・■醤油 だし			ミニアスバラガス ▲牛乳	■アスバラガスビスケット ▲牛乳
7月	七夕ちらし ▲コロッケ キャベツのおかか和え 天の川にゆづめん	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 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	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	2色ゼリー★ ▲牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖・ぶどうゼリー ▲牛乳
8火	麦入りごはん 赤魚のつけ焼 春雨の酢の物 味噌汁 フルーツ（バナナ缶）	赤魚 まぐろフレーク 生揚げ・赤みそ	きゅうり・人参 大根・人参 バナナ(缶詰)	米(国産)・押麦 砂糖・油 緑豆春雨・砂糖	■醤油・本みりん だし・■酢・■醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	■黒糖お麩ラスク★ ▲牛乳	■おつゆ餅・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳
9水	ごはん 豚肉の甘辛炒め じゃが芋の旨煮 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	豚肉・■鶏レバー煮込み 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・ごぼう キャベツ・さやいんげん オレンジ	米(国産) つきごんにやく・油・砂糖 じゃが芋	だし・■醤油・本みりん・料理酒 ■醤油・本みりん・だし だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	小松菜マフィン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・小松菜 ▲牛乳
10木	麦入りごはん ●▲中華オムレツ ▲五色納豆 中華スープ	●卵・●▲ベーコン ▲チーズ・納豆 豆腐	人参・玉ねぎ・青ねぎ 白菜・ほうれん草・人参 玉ねぎ・しめじ	米(国産)・押麦 油・でん粉	鶏がらスープ・■醤油・塩 ■醤油 鶏がらスープ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	フルーツあんみつ★ ▲牛乳	寒天・砂糖・みかん(缶詰) 豆腐・油・小松菜 ▲牛乳
11金	▲ロールパン マーメイドチキン ツナサラダ スープ	鶏肉 まぐろフレーク	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 ■小麦粉・油・マーメイド 砂糖・オリーブ油 じゃが芋	塩・■醤油・本みりん ■酢・塩・■醤油 コンソメ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲ビスケット(シガーフライ) ▲牛乳	■▲シガーフライ ▲牛乳
12土	冷やしうどん シューマイ 白菜のおえ物	鶏ささみ ■しゅうまい	太もやし・きゅうり 白菜・チンゲン菜・人参	■うどん 砂糖	■つゆ だし・■醤油			ビスケット(たべっこBABY) ▲牛乳	■たべっこパイビスケット ▲牛乳
14月	豚丼 小松菜の磯和え 味噌汁	豚肉 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・青ねぎ 小松菜・キャベツ・人参・のり ごぼう	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	▲バインザワールかん★ ▲牛乳	バナナ(缶詰)・寒天 ▲カルピス ▲牛乳
15火	麦入りごはん 赤魚の土佐焼 ブロッコリーのごま和え 高野豆腐のそぼろ煮 味噌汁	赤魚・かつお節 豚ひき肉・大豆たんぱく・凍り豆腐 赤みそ	ブロッコリー 人参・グリーンピース 玉ねぎ・わかめ	米(国産)・押麦 油・砂糖 白ごま・砂糖 油・砂糖・でん粉 じゃが芋	■醤油・本みりん・料理酒 ■醤油・だし だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	水ようかん★ ▲牛乳	寒天・こしあん 塩 ▲牛乳
16水	ごはん 鶏肉と野菜の甘辛炒め さつま芋と大豆のごま煮 中華スープ	鶏肉・■鶏レバー煮込み 大豆 豆腐	玉ねぎ・チンゲン菜・人参・黄パプリカ・しめじ 人参・えのきたけ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 さつま芋・白ごま	料理酒・■酢・■醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ ■醤油・本みりん・だし 鶏がらスープ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲きなこトースト★ ▲牛乳	■▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳
17木	お弁当の日					野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲せんべい(雪の宿) ▲牛乳	■▲せんべい(雪の宿) ▲牛乳
18金	ごはん サバの塩焼 胡瓜ともやしのごま和え 味噌汁	さば 赤みそ	きゅうり・太もやし・人参 玉ねぎ・小松菜・えのきたけ	米(国産) 油 白ごま・砂糖	塩 だし・■醤油 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 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
19土	5才お泊り保育 夕食：チキンカレー・キャベツのサラダ・フルーツ（スイカ）								
19土	イタリアンスバグティ コンソメサラダ スープ	ウインナー	玉ねぎ・人参・ピーマン コーン・キャベツ・きゅうり・人参 白菜・チンゲン菜・しめじ	■スバグティ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ・トマトケチャップ コンソメ			クラッカー(ルヴァン) ▲牛乳	■クラッカー ▲牛乳
22火	麦入りごはん 鶏肉の唐揚げ スバグティサラダ スープ	鶏肉 まぐろフレーク	しょうが ブロッコリー・コーン 大根・小松菜・人参	米(国産)・押麦 ■小麦粉・でん粉・油 ■スバグティ・マヨネーズタイプ(卵不使用)	■醤油・料理酒 コンソメ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲ヨーグルトマフィン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・▲ヨーグルト ▲牛乳
23水	麦入りごはん 白身魚のごま味噌焼 チンゲン菜とちくわのおえ物 切干大根の煮物 すまし汁	ホキ・白みそ ■ちくわ 油揚げ	チンゲン菜・白菜・人参 切干大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・わかめ	米(国産)・押麦 砂糖・白ごま・油 砂糖 油・砂糖 ■おつゆ餅	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	大学芋★ ▲牛乳	さつま芋・油 砂糖・■醤油 ▲牛乳
24木	ごはん サバの竜田揚げ ひじきとごぼうの煮物 味噌汁	さば 大豆 赤みそ	しょうが ごぼう・人参・ひじき・グリーンピース 玉ねぎ・小松菜	米(国産) でん粉・油 つきごんにやく・砂糖 さつま芋	■醤油・本みりん だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	りんごかん★ ▲牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ▲牛乳
25金	麦入りごはん 鶏肉のねぎ焼 切干大根のハリハリ和え 高野豆腐の煮物 味噌汁	鶏肉 まぐろフレーク 凍り豆腐 油揚げ・赤みそ	青ねぎ 切干大根・小松菜・人参 玉ねぎ・さやいんげん かぼちゃ・玉ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖・油 ごま油・砂糖・白ごま 砂糖	■醤油・本みりん ■醤油・■酢 ■醤油・本みりん・だし だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	たべるいりこ★ 0.1さいはビスコのみ ▲ビスコ ▲牛乳	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■▲ビスコ ▲牛乳
26土	中華丼 シューマイ フルーツ（バナナ）	豚肉 ■しゅうまい	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ バナナ	油・でん粉・米(国産)	鶏がらスープ・■醤油・塩・料理酒			やわらかおかし ▲牛乳	やわらかおかし(のり塩味) ▲牛乳
28月	麦入りごはん 鶏肉の塩こうじ焼 白菜とチンゲン菜の赤しそ和え 大豆といりこのごまがらめ 味噌汁	鶏肉 大豆・いりこ 赤みそ	白菜・チンゲン菜・人参 玉ねぎ・わかめ	米(国産)・押麦 油 でん粉・油・白ごま・砂糖 ■おつゆ餅	塩こうじ ゆかり ■醤油・本みりん だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	クラッカージャムサンド★ ▲牛乳	■クラッカー いちごジャム ▲牛乳
29火	ごはん ▲赤魚のムニエル ポテトサラダ スープ フルーツ（バナナ缶）	赤魚	ミックスベジタブル チンゲン菜・玉ねぎ・人参 バナナ(缶詰)	米(国産) ■小麦粉・▲バター・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・トマトケチャップ 塩 コンソメ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	ごまごま蒸しパン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 白ごま・黒ごま ▲牛乳
30水	夏野菜麻婆丼 ひじきとさつま芋のサラダ 中華スープ デザート(りんごゼリー)	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 ひじき・きゅうり・コーン チンゲン菜・太もやし・人参	油・砂糖・でん粉・米(国産) さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	■醤油・料理酒・鶏がらスープ ■醤油 鶏がらスープ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	お誕生会ケーキ(ココア)★ ▲牛乳	■小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・いちごジャム・みかん(缶詰) ▲牛乳
31木	麦入りごはん 白身魚のごま天ぷら ほうれん草の納豆和え 味噌汁	ホキ 納豆 赤みそ	ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・かぼちゃ・えのきたけ	米(国産)・押麦 ■小麦粉・白ごま・油	塩 ■醤油・だし だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	せんべい(ぼたぼた焼) ▲牛乳	■ぼたぼた焼き ▲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。