

7月 献立表



日付		曜日	献立名	材料	おやつ
1	15 29	水	ごはん 鶏肉のカレー揚げ マカロニサラダ 豆腐と油揚げのみそ汁	米 鶏もも肉、しょうゆ、カレー粉、片栗粉、油 マカロニ、にんじん、きゅうり、マヨドレ、食塩 木綿豆腐、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 すいか、せんべい すいか、星食べよ
2	16 30	木	みそラーメン オクラの昆布あえ バナナ	中華めん、豚肉、にんじん、たまねぎ、もやし、コーン缶、キャベツ 中華だしの素、米みそ、水 オクラ、塩こんぶ バナナ	お茶 麦茶 じゃこおにぎり 米、じゃこ、ごま油、ねぎ、しょうゆ、かつお節
3	17 31	金	ごはん 鮭の香草揚げ きんぴらごぼう かきたま汁	米 さけ、食塩、小麦粉、卵、パン粉、パセリ粉、油 ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いりごま 卵、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 牛乳 ドーナツ 小麦粉、ベーキングパウダー、卵 グラニュー糖、牛乳、無塩バター、油
4	18	土	鶏とほろ丼 かぼちゃの煮物 わかめのみそ汁	米、鶏ひき肉、酒、砂糖、しょうゆ、みりん、焼きのり かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 オレンジゼリー アガー、水、グラニュー糖、オレンジジュース
6		月	ごはん 牛肉の時雨煮 にんじんしりしり えのきたけのすまし汁	米 牛肉、たまねぎ、食塩、しょうが、米油、しょうゆ、砂糖 にんじん、卵、ごま油、砂糖、しょうゆ、酒 えのきたけ、焼ひ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 牛乳 水ようかん こしあん、アガー、水
7		火	七夕そうめん 塩からあげ すいか	そうめん、ハム、にんじん、オクラ、コーン缶、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん 鶏もも肉、酒、食塩、砂糖、しょうが、にんにく、片栗粉、油 すいか	牛乳 牛乳 お星さまクッキー 小麦粉、無塩バター、グラニュー糖、卵
	21	火	そうめん 千キンカツ ほうれん草のおかか和え	そうめん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、いりごま 鶏もも肉、食塩、小麦粉、卵、パン粉、油 ほうれんそう、しょうゆ、砂糖、かつお節	牛乳 牛乳 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、グラニュー糖、食塩
8	22	水	ハヤシライス スッキーニとベーコンの炒め物 フルーツポンチ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、油、有塩バター、小麦粉、水、砂糖 トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、洋風だしの素 スッキーニ、ベーコン、食塩、油 白桃缶、パイナップル缶、みかん缶	牛乳 牛乳 芋もち じゃがいも、食塩、片栗粉、米油 しょうゆ、砂糖
9	23	木	ごはん 八宝菜 きゅうりともやしの中華和え わかめスープ	米 豚肉、はくさい、ねぎ、にんじん、しいたけ、しょうが、にんにく ごま油、水、中華だしの素、食塩、しょうゆ、砂糖、片栗粉 きゅうり、もやし、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 カットわかめ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	牛乳 牛乳 パイナップルゼリー パイナップル、パイナップルジュース グラニュー糖、アガー、水
10	24	金	牛肉とごぼうの混ぜご飯 さばの塩焼き 水菜と油揚げの煮浸し 豆腐のみそ汁	米、牛肉、ごぼう、しょうが、しょうゆ、酒、みりん、和風だしの素 さば、食塩 みずな、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 木綿豆腐、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	10日 ひまわり組のみ お茶 フランクフルト すいか
					24日 牛乳 わらび餅 白玉粉、わらび餅粉、水、きな粉、グラニュー糖
11	25	土	白菜とひき肉の丼 さつまいもの煮物 わかめのみそ汁	米、はくさい、豚ひき肉、ごま油、にんにく、しょうが、しょうゆ 砂糖、食塩、水、片栗粉 さつまいも、しょうゆ、砂糖、みりん カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 フルーツポンチ 白桃缶、みかん缶
13	27	月	ごはん 豚肉のしょうが焼き 冬瓜のどぼろ煮 かぼちゃと玉葱のみそ汁	米 豚肉、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、砂糖、米油 とうがん、鶏ひき肉、米油、しょうゆ、砂糖、片栗粉 たまねぎ、かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 肉まん 食パン、豚ひき肉、ねぎ、酒、食塩 オイスターソース、おろししょうが、米みそ 片栗粉
14	28	火	ビビンバ丼 チョレギサラダ たまごスープ	米、豚ひき肉、米油、砂糖、しょうゆ、中華スープ、米みそ にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、ごま油 キャベツ、だいこん、砂糖、しょうゆ、ごま油、にんにく 中華だしの素、いりごま、焼きのり 卵、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	牛乳 牛乳 ジャムサンド 食パン、いちごジャム

※献立表は予定ですので、諸事情により変更になる事があります。ご了承ください。 ※延長おやつは、星食べよ・ほたほた焼きを提供します。