



7月の予定献立表



| 日 | 曜日 | 昼 | おやつ | 血や肉、骨をつくる(あか) | 力や熱となる(きいろ) | 体の調子をととのえる(みどり) | | | | | | |
|----|----|--|---|-------------------|--------------------|--|--|----------------------------------|--|--|--|--|
| 1 | 土 | 夕涼み会の為、給食の提供はありません。 | | | | | | | | | | |
| 3 | 月 | 豚肉のあんかけ丼 スライスとまと | くすきりの甘酢あえ みそ汁 | ネーブル | 黒糖アガラサー 保育乳 | 竹小町(卵不使用) 豚肉 保育乳 | 黒糖アガラサー コーン 強化米 精白米 | ホール 精白米 | ネーブル 人参 きゅうり バナナ | 玉ねぎ ねぎ 刻みのり 干しいたけ わかめ | トマト とうが ニンニク レーズン | |
| 4 | 火 | ごはん(強化米入り) ゴーヤーの揚げ煮 とうがんと汁 | 魚の照り焼き マカロニサラダ バナナ | ゼリー(オレンジ) 保育乳 | ビスケット 保育乳 | 豆腐 保育乳 | 粉ゼラチン 三温糖 精白米 | 米せんべい マカロニ 強化米 | 食パン 強化米 | ネーブル ねぎ きゅうり バナナ | とうが ニンニク レーズン | |
| 5 | 水 | ごはん(強化米入り) パクチョイ炒め みそ汁 | 肉みそ豆腐 芋とひじきのサラダ ネーブル | ミニキャロットサンド 保育乳 | 保育乳 | ツナ缶 豚肉 干しひじき 保育乳 | 米せんべい 三温糖 精白米 | 食パン 強化米 | ネーブル ねぎ えのきたけ わかめ | 玉ねぎ 人参 しめ | | |
| 6 | 木 | 人参ごはん きゅうりともやしのサラダ ネーブル | 鶏ささみの甘酢あえ みそ汁 | 保育乳 | くずもち 保育乳 | ツナ缶 鶏ささみ 保育乳 | 芋くず 粉黒糖 精白米 | | ネーブル 人参 きゅうり バナナ | 大根 ねぎ もやし チンゲン菜 わかめ | 玉ねぎ 人参 | |
| 7 | 金 | 七夕寿司 そうめん汁 | ハンバーグ 温サラダ スイカ | お星様クッキー 天の川ゼリー | 保育乳 | 鮭フレック 牛ひき肉 豚 ひき肉 | ホールコーン 三温糖 パン粉 卵不使用 | バター 小麦粉 精白米 | 玉ねぎ 人参 レーズン プロッコリー | トマト 刻みのり プロッコリー | 人参 | |
| 8 | 土 | 焼きそば 豆腐 | きゅうりの甘酢あえ ゆし バナナ | 保育乳 | どら焼き 保育乳 | しらす干し 豆腐 保育乳 | | | 玉ねぎ 人参 きゅうり わかめ | 人参 キャベツ バナナ | | |
| 10 | 月 | ごはん(強化米入り) 春雨の中華炒め みそ汁 | 豚肉のみそ焼き プロッコリー ネーブル | 保育乳 | 焼き菓子(サブレ風) 保育乳 | 牛乳 豚もも肉 保育乳 | バター ホットケーキミックス 米 精白米 | 粉黒糖 強化 春雨 | ネーブル 人参 タケノコ キャベツ | 玉ねぎ 人参 さやいんげん しめじ | ニラ サラ キャベツ しめじ | |
| 11 | 火 | ごはん(強化米入り) とうがんと煮 すまし汁 | 白身フライ トマトサラダ スイカ | パンプティング 保育乳 | 保育乳 | 牛乳 豚ひき肉 保育乳 | 三温糖 食パン(卵不使用) 強化米 精白米 | | トマト グリーンピース しめじ とうが | ねぎ レタス きゅうり 水 わか | | |
| 12 | 水 | マージンごはん 人参炒め みそ汁 | 鶏肉のさっぱり煮 きゅうりの甘酢あえ パイナップル | 保育乳 | 焼きいも 保育乳 | 竹小町(卵不使用) しらす ツナ缶 鶏もも肉 保育乳 | 米せんべい 強化米 さつま芋 | 精白米 | 人参 もやし きゅうり プロッコリー | 人参 えのきたけ プロッコリー | ねぎ わかめ | |
| 13 | 木 | ごはん(強化米入り) ヨーグルトサラダ わかめスープ | 夏野菜カレー カリカリきゅうり わかめスープ | 保育乳 | ホットケーキ 保育乳 | 牛乳 豚肉 保育乳 | バター じゃが芋 米 精白米 | 小麦粉 強化 | みかん缶 (皮をむく) 人参 ピーマン みつば バナナ | 玉ねぎ 人参 なす きゅうり わかめ | なす 人参 ピーマン みつば きゅうり わかめ | |
| 14 | 金 | 冷やし中華① りんご | かき揚げ プロッコリー バナナ | 保育乳 | レタスと鮭のおにぎり 保育乳 | 鮭フレック 竹小町(卵不使用) ハム(卵不使用) 保育乳 | 米せんべい 米 精白米 | 小麦粉 強化 | 玉ねぎ 人参 ねぎ きゅうり バナナ | トマト レタス 刻みのり 干しいたけ プロッコリー | 人参 | |
| 15 | 土 | 鶏肉のあんかけ丼 みそ汁 | ステーキきゅうり ネーブル | 保育乳 | クリームパン 保育乳 | 竹小町(卵不使用) ゆし豆腐 保育乳 | 精白米 | | ネーブル 人参 もやし プロッコリー | ねぎ プロッコリー | 人参 | |
| 17 | 月 | 海の日 | | | | | | | | | | |
| 18 | 火 | もずくどんぶり トマトサラダ | かみかみごぼう なすのみそ汁 桃缶 | 保育乳 | 人参ケーキ 保育乳 | もずく 調整豆乳 | 豚ひき肉 保育乳 | ホールコーン ホットケーキミックス 米 精白米 | 強化 | 玉ねぎ 人参 ねぎ ピーマン 桃缶 | レタス 人参 赤ピーマン | |
| 19 | 水 | ごはん(強化米入り) 焼き サラダ | 豚肉のしょうが かぼちゃの煮物 ヨーグルト ヘチまのみそ汁 | 保育乳 | もずく入りヒラヤーチー 保育乳 | もずく 塩抜き ハム(卵 不使用) 保育乳 | ハム | 米せんべい 小麦粉 米 精白米 | 強化 | みかん缶 人参 ねぎ さやいんげん かぼちゃ バナナ | ニラ 人参 赤ピーマン キャベツ バナナ | |
| 20 | 木 | マージンごはん きんぴらごぼう | レバーのゴマからめ みそ汁 ネーブル | 保育乳 | ブラウニー 保育乳 | 竹小町(卵不使用) 豚レ バー 豆腐 保育乳 | バター 三温糖 強化米 精白米 | 小麦粉 | ネーブル 大根 人参 ごぼう りんご | ほんしめじ 人参 系こんにゃ く | | |
| 21 | 金 | 黒米ごはん チャンプルー 汁 | 鮭の照り焼き ゴマじゃが そうめん スイカ | 保育乳 | バナナパイ 保育乳 | 豆腐 保育乳 | じゃが芋 強化米 精白米 | 三温糖 そうめ ん | 玉ねぎ もやし 人参 りんご | 人参 しめじ にが り | ねぎ にが り | |
| 22 | 土 | ごはん(強化米入り) 野菜サラダ① | 豆乳シチュー すまし汁 バナナ | 保育乳 | アンパンマンせんべい 保育乳 | 鶏もも肉 絹ごし豆腐 調整豆乳 | じゃが芋 強化米 精白米 | | 玉ねぎ 人参 ねぎ バナナ | トマト レタス プロッコリー | 人参 きゅうり わかめ | |
| 24 | 月 | へちまどんぶり スープ | ポテトサラダ スイカ | 保育乳 | きなこクッキー 保育乳 | もずく きな粉 豆腐 保育乳 | じゃが芋 強化米 精白米 | 米せんべい 小麦粉 | 玉ねぎ 人参 ねぎ きゅうり わかめ | ニラ 人参 えのきた だけ しめ じ | 人参 わかめ | |
| 25 | 火 | ごはん 中華スープ | 麻婆豆腐 小松菜のゴマあえ パイナップル | 保育乳 | ママレードスコーン 保育乳 | ツナ缶 豚ひき肉 豆腐 保育乳 | ホールコーン 三温糖 ホットケーキミックス 米 春雨 | 精白米 | 玉ねぎ 人参 人参 生しいたけ 水蒸 チンゲン菜 バナナ | ニラ 人参 小松 菜 わかめ | 人参 | |
| 26 | 水 | 黒米ごはん じゃがいも みそ汁 | 野菜たっぷりさつま揚げ しじょうの煮 きゅうりのサ ラダ ネーブル | 保育乳 | 野菜ジュース | 白身魚 豚ひき肉 保育乳 | バター 米せんべい 三温糖 食パン(卵 不使用) 強化米 精白米 | じゃが芋 小麦粉 | ネーブル 人参 ねぎ えのきたけ うり ごぼう | 玉ねぎ 人参 きゅうり わかめ | | |
| 27 | 木 | お誕生日会の為、弁当持参での登園になります (水筒は2~5歳児のみです。) | | | | | | | | | | |
| 28 | 金 | 加ガッパ ヨーグルトあえ | ゴマじゃが バナナ すまし汁 | 保育乳 | みそおにぎり 保育乳 | 粉チーズ ツナ缶 豚ひき肉 絹ごし豆腐 保育乳 | 小麦粉 スバググティ 強化米 精白米 | | 玉ねぎ 人参 ねぎ バナナ | トマト 人参 刻みのり えのきたけ セロリ マッシュルーム | 人参 | |
| 29 | 土 | 鶏肉の炊き込みご飯 プロッコリーの胡麻ドレッシング ゆし豆腐 | ポイルウインナー バナナ | 保育乳 | くろ棒 保育乳 | 鶏もも肉 ゆし豆腐 干し ひじき 保育乳 | 黒棒 精白米 | | 人参 プロッコリー | 人参 バナナ | | |
| 31 | 月 | 黒米ごはん ブルー | 西京焼き 野菜チャン プルー すまし汁 ネーブル | 保育乳 | 豆乳入り人参蒸しパン 保育乳 | 白身魚 豆腐 調整豆乳 | 粉黒糖 小麦粉 強化米 精白米 | | ネーブル 人参 ねぎ わかめ | 玉ねぎ 人参 キャベツ 水蒸 | | |