

2024年 7月 献立表

日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ	日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ				
		熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える				熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える					
1 (月)	ご飯	米	70		おかし 五穀ビスケット 小麦× 小魚家族に変更	17 (水)	ご飯	米	70	おかし たべっ子どうぶつ 小麦× アンパンマンビーゼンペイ に変更					
	さわらのごまだれ焼き	さわら	60	きむら			→ 鮭に変更	豚肉	45		玉ねぎ 20 人参 8 キャベツ 15 もやし 15				
	切干大根の煮物	刻み揚げ	8	切干大根 3.5 人参 10 干しいたけ 0.5 いんげん 5			豆腐のすまし汁		豆腐 20 わかめ 0.2		ブロッコリー 40 人参 10				
	豆腐の味噌汁	豆腐	20	ほうれん草 8 オレング			バナナ				バナナ 40				
	オレング														
2 (火)	七草そば丼	米	70	鶏挽肉 45	セタイちごジャムサンド 食パン、いちごジャム 小麦× 食パン→マッシュマロ、 コーンフレークに変更	18 (木)	ご飯	米	70	シュガートースト 食パン、バター グラニュー糖 食パン→コーンフレーク に変更					
	大根短冊サラダ			玉ねぎ 20 人参 15 コーン 15 いんげん 8			たら	60	たら		→ 鮭に変更	人参 10 いんげん 10			
	春雨とオクラのすまし汁	春雨	2.5	大根 40 人参 10 胡瓜 8			豚肉	15	大根 10 人参 5 ごぼう 8 青ねぎ 2						
	バナナ			オクラ 10 バナナ 40			グレープフルーツ								
3 (水)	ご飯	米	70		フルーツヨーグルト ヨーグルト、上白糖 みかん油、ストロベリーソース 乳× ヨーグルト→ゼリー に変更	19 (金)	麻婆豆腐丼	米	70	チーズいももち じゃがいも、チーズ 片栗粉					
	鶏肉のみそ揚げ	マヨネーズ	6	鶏肉 80			玉ねぎ 20 人参 10 干しいたけ 0.5	豆腐 40	豆腐			もやし 40 胡瓜 10 コーン 10			
	ほうれん草の炒め物	ウインナー	8	ほうれん草 40 玉ねぎ 15 人参 10			もやしと胡瓜の和え物					中華スープ ずいか	わかめ 0.4 玉ねぎ 10 ずいか 40		
4 (木)	塩ラーメン	ラーメン	120	豚肉 40	さつまいもの 米粉蒸しパン 米粉、さつまいも 牛乳、上白糖 ベーキングパウダー	20 (土)	焼きそば	焼きそば	120	おかし 五穀ビスケット 小麦× 小魚家族に変更					
	炒り豆腐	豆腐	40	人参 8 干しいたけ 0.5			鶏ささみ	20	大根 25 胡瓜 8 コーン 10						
	キャベツの和え物	鶏挽肉	20	キャベツ 35 胡瓜 10 コーン 8			わかめのスープ		わかめ 0.4		玉ねぎ 10				
	バナナ			バナナ 40											
5 (金)	ご飯	米	70		おかし アンパンマン ソフトせんべい 小麦× 小魚家族に変更	22 (月)	ご飯	米	70	おかし 前田のクラッカー 小麦× アンパンマンビーゼンペイ に変更					
	チンジャオロース			牛肉 50			玉ねぎ 25 人参 15 ピーマン 10 赤ピーマン 6 たけのこ 7	タンダリーチキン	マヨネーズ		6	鶏肉 80			
	小松菜の和え物			小松菜 25 人参 10 白菜 25			焼きちくわ	10	白菜 35 胡瓜 10 人参 8 コーン 10						
	中華スープ			わかめ 0.2			大根のスープ		わかめ 0.2		大根 18				
6 (土)	ご飯	米	70		おかし たべっ子どうぶつ 小麦× アンパンマンビーゼンペイ に変更	23 (火)	豚肉のカレー炒め	じゃがいも	25	スイートポテト さつまいも、牛乳 上白糖、バター					
	いんげんの胡麻和え	焼きちくわ	10	いんげん 25 人参 10			豆腐のすまし汁		豆腐 20		小松菜 8 オレング				
	豆腐のスープ	豆腐	20	わかめ 0.2			オレング								
8 (月)	ご飯	米	70		おかし ホームパイ 小麦× 野菜家族に変更	24 (水)	ミートソーススパゲティ	スパゲティ	120	ぎつねおにぎり 米、刻み揚げ 上白糖、しょうゆ だし、いりごま					
	肉豆腐	豚肉	48	玉ねぎ 20 人参 10 白菜 20			ほうれん草の胡麻和え		焼きちくわ 6		ほうれん草 43 人参 18				
	ほうれん草のお浸し	焼きちくわ	10	ほうれん草 38 人参 10			白菜のスープ				白菜 10 コーン 8 バナナ 40				
9 (火)	ご飯	米	70		幼児：ポップコーン (コンソメ) ポップコーンの素 サラダ油、コンソメ 乳児：大学かぼちゃ かぼちゃ、サラダ油、 しょうゆ、砂糖	25 (木)	ご飯	米	70	おかし マリールビスケット 小麦× 小魚家族に変更					
	カレーの煮つけ	カレー	60	カレイ			→ 鮭に変更	豚肉の生姜炒め	豚肉		60	玉ねぎ 30 人参 10			
	ごぼうサラダ	マヨネーズ	5	ごぼう 30 胡瓜 10 コーン 10			キャベツの甘酢和え				キャベツ 35 胡瓜 10 人参 10				
	じゃがいもの味噌汁	じゃがいも	18	玉ねぎ 10 青ねぎ 2			じゃがいもの味噌汁	じゃがいも	18		玉ねぎ 10 青ねぎ 2				
10 (水)	わかめおにぎり	米	35	わかめ 0.3	高野豆腐のラスク 高野豆腐、上白糖 バター、牛乳、きな粉	26 (金)	グレープフルーツ			グレープフルーツ	30				
	肉うどん	うどん	120	豚肉 30			玉ねぎ 15 人参 10 ほうれん草 10	夏野菜カレー (小麦不使用)	米	70	鶏肉 40	玉ねぎ 20 人参 8 かぼちゃ 25 なす 8 赤ピーマン 10			
	さつまいもの甘煮	さつまいも	40				ウインナー		ウインナー	20	人参 10 白菜 10				
	バナナ			バナナ			40	ブロッコリーのおかか和え			ブロッコリー 40 人参 10 オレング 30				
11 (木)	ご飯	米	70		おかし エースコイン 小麦× アンパンマンビーゼンペイ に変更	27 (土)	鶏ごぼうピラフ	米	70	おかし ホームパイ 小麦× 野菜家族に変更					
	ポークビーンズ	じゃがいも	20	豚肉 35 大豆 15			玉ねぎ 20 人参 10 白菜 40	切干大根のマヨサラダ	マヨネーズ		6	切干大根 3.5 胡瓜 10 人参 10			
	白菜のツナ和え	ツナ	5	人参 10 胡瓜 10			キャベツのスープ				キャベツ 18 玉ねぎ 10				
	小松菜のスープ			小松菜 18 コーン 7											
12 (金)	牛丼	米	70	牛肉 40	ようかん こしあん、寒天	29 (月)	ご飯	米	70	おかし エースコイン 小麦× おこさませんべい に変更					
	ブロッコリーの和え物			玉ねぎ 30 干しいたけ 1			厚揚げのそぼろ煮		絹厚揚げ 35 豚挽肉 30		玉ねぎ 30 人参 10 グリーンピース 5				
	豆腐の味噌汁	豆腐	18	刻み揚げ 5			オクラとコーンの和え物				オクラ 10 コーン 10				
	グレープフルーツ			グレープフルーツ			30	小松菜の味噌汁				小松菜 15 玉ねぎ 8 オレング 30			
13 (土)	ご飯	米	70		おかし 前田のクラッカー 小麦× おこさませんべいに変更	30 (火)	ご飯	米	70	コーンフレークおこし コーンフレーク マッシュマロ、バター					
	豆腐とひじきのつくね	鶏挽肉	40	玉ねぎ 15 人参 10 ひじき 1			さわらのマヨコン焼き	マヨネーズ	6		さわら	60	きむら	→ 鮭に変更	
	コロコロサラダ	マヨネーズ	6	大根 30 人参 10 コーン 10 いんげん 10			大根とちくわの煮物				焼きちくわ 8	大根 40 人参 10 グリーンピース 4			
16 (火)	おかかふりかけ	米	70	おかかふりかけ	1	フルーツポンチ バナナ、みかん缶 黄桃缶、ぶどうジュース ゼラチン、上白糖	31 (水)	中巻丼	米	70	おかし アンパンマン ソフトせんべい 小麦× アンパンマンビーゼンペイ に変更				
	鶏肉のマーマレード焼き	マーマレード	6	鶏肉 80	あおき粉			0.2	キャベツ 35 胡瓜 10 人参 8 コーン 6	春雨サラダ		春雨	6	人参 10 胡瓜 10 コーン 10	
	マッシュポテト	じゃがいも	40									もやしのスープ			もやし 18 コーン 10
	キャベツの和え物											バナナ			バナナ 40

☆乳児は10時におやつがあります。
☆食材の価格や入荷状況、行事などにより記載の量と差が生じたり、食材や献立変更になる場合があることをご了承ください。
☆材料（食品名）の干には、調味料は記載してありません。

