

7月の献立

日曜	献立名	魚肉卵豆	乳海産	緑黄色野菜	その他野菜	米・麺・芋	その他	⑩おやつ	⑪おやつ	
1月	南瓜シチュー 果物 つるりん野菜チャイナ	ウィンナー	牛乳	人参 南瓜 ほうれん草 人参 ニラ	玉葱 しめじ コーン コーン もやし 干椎茸 生姜	春雨	シチュールウ ゴマ油 醤油 砂糖 塩コショウ	せんべい 牛乳	わかめと枝エビのポテト焼き 牛乳	ワカメ 片栗粉 ジャガイモ 桜エビ 塩 油
2火	魚の甘辛焼き 果物 卵と小松菜のカレー炒め	魚 卵		人参 小松菜	ニンニク レンコン		醤油 砂糖 カレー粉 塩コショウ	ビスケット 牛乳	ピザトースト 牛乳	食パン ベーコン 玉葱 ビーマン ケチャップ ピザ用チーズ
3水	厚揚げのミートソース煮 ゴマじゃこサラダ 果物	豚ミンチ 厚揚げ チリメン		人参 ビーマン トマト缶 人参	玉葱 コーン マッシュルーム 胡瓜 キャベツ		ケチャップ ソース 醤油 砂糖 酢 ゴマ	バナナ 牛乳	和風パウンドケーキ 牛乳	粉 ゆで小豆缶 卵 砂糖 油 BP
4木	お好み焼き風卵焼き 切干大根の酢の物 果物	卵 合挽肉 竹輪	青のり	人参 葱 人参 青しそ	玉葱 キャベツ 胡瓜 切干大根		お好みソース 塩コショウ 醤油 砂糖 酢	リンゴ 牛乳	小松菜のおにぎり カルピス	米 小松菜 海苔 たくあん ゴマ
5金	七夕メニュー							ビスケット 牛乳	七夕ゼリーポンチ 牛乳	
6土	ハヤシライス ゆで卵 果物	牛肉 卵		人参 トマト缶 グリンピース	玉葱 しめじ	米	ハヤシルウ	リンゴ 牛乳	菓子 牛乳	菓子
8月	魚の西京焼き ゆでオクラ・ 中華風酢の物 果物	魚 ハム	ひじき	(オクラ) 人参5	胡瓜 もやし		味噌 酒 みりん 醤油 砂糖 酢 ゴマ油	ビスケット 牛乳	ポテトドーナツ 牛乳	じゃがいも ホンカキミックス 砂糖 片栗粉 グラ ニュー油
9火	豆腐ハンバーグ ミニトマト ツナとわかめのサラダ ヨーグルト	合挽肉 豆腐 卵レバー 卵 ツナ	ワカメ	人参 ニラ (ミニトマト) 人参	玉葱 胡瓜 えのき	パン粉 片栗粉	醤油 砂糖 塩コショウ マヨネーズ	リンゴ 牛乳	とうもろこし 牛乳	とうもろこし
10水	お弁当日							せんべい 牛乳	菓子 カルピス	
11木	南瓜とひき肉のオープンオムレツ オクラの焼肉和え 果物	卵 合挽肉	チーズ	人参 ビーマン 南瓜 オクラ	玉葱 胡瓜 もやし		ケチャップ 塩コショウ 梅肉	バナナ 牛乳	ココアメルティフレーク 牛乳	マシュマロ コーンフレーク バ ター ビュアココア
12金	豚肉のマーマレード焼き 大巻きなます 果物	豚肉 油あげ		人参 ほうれん草	玉葱 キャベツ 干椎茸		醤油 マーマレード 塩コショウ 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	ベジタブルパン 牛乳	粉 BP 卵 砂糖 チーズ ベジ タブル マヨネーズ
13土	焼肉丼 わかめスープ 果物	牛肉	ワカメ	人参 ビーマン 人参 ネギ	玉葱 もやし 玉葱	米	醤油 砂糖 味噌 ゴマ 塩コショウ 醤油 鶏がらスープの素 塩コショウ	せんべい 牛乳	セサミクッキー 牛乳	粉 卵 バター 砂糖 牛乳 黒ゴマ
16火	炒り卵の中華あんかけ 枝豆のほくほくサラダ 果物	卵 鶏肉 ハム		人参 葱 青梗菜 人参 枝豆	玉葱 しめじ 生姜 枝豆 胡瓜	片栗粉 じゃが芋	醤油 鶏がらスープの素 塩コショウ マヨネーズ レモン汁 塩コショウ	ビスケット 牛乳	チーズクッキーバー 牛乳	粉 粉チーズ バター 砂糖 レーズン
17水	誕生会メニュー							せんべい 牛乳	海の日デザート カルピス	
18木	高野豆腐のそぼろ煮 キャベツの塩昆布和え 果物	高野豆腐 豚ミンチ エビ	塩昆布	人参 葱 人参 トマト	玉葱 干椎茸 葱 生姜 キャベツ 胡瓜	片栗粉	醤油 砂糖	リンゴ 牛乳	きな粉蒸しパン 牛乳	粉 卵 牛乳 黄粉 甘納 豆 BP 油
19金	魚と春雨の和え物 ヨーグルト 牛蒡とこんにゃくの味噌煮	魚 卵 鮭フレーク 竹輪		人参 トマト 人参	胡瓜 しめじ ごぼう	春雨 こんにゃく	油 ゴマ油 醤油 砂糖 酢 塩コショウ 砂糖 味噌 みりん	バナナ 牛乳	鶏めし 牛乳	米 鶏肉 ごぼう 油 ニンニク 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん
20土	冷やし中華 果物	卵 ハム		人参 トマト 青しそ	胡瓜 もやし 干椎茸	中華麺	醤油 砂糖 酢 ゴマ油 塩コショウ	せんべい 牛乳	菓子 牛乳	菓子
22月	チンジャオロース 野菜の焼肉和え 果物	牛肉 竹輪		人参 ビーマン バブリカ赤黄 人参 小松菜	玉葱 葱 ニンニク 生姜 しめじ 胡瓜	片栗粉	醤油 砂糖 オイスターソース 梅干し 砂糖 醤油	せんべい 牛乳	南瓜のカントリークッキー 牛乳	粉 南瓜 バター 砂糖 卵 塩 レーズン
23火	チリコンカン 果物 三色きんぴら	豚ミンチ 水煮大豆		人参 ホールトマト 人参 インゲン	玉葱 コーン マッシュルーム ニンニク 牛蒡	じゃが芋	醤油砂糖ケチャップソース 塩コショウ 醤油 砂糖	リンゴ 牛乳	和風トースト 牛乳	食パン バター 粉チーズ 青の り ゴマ
24水	オクラチキン 果物 ヨーグルトサラダ	鶏肉 ハム	ヨーグルト チーズ	オクラ トマト ビーマン 人参	胡瓜 レタス	片栗粉	コンソメ 塩コショウ マヨネーズ 塩コショウ	ビスケット 牛乳	ミルクカップケーキ 牛乳	粉 BP バター 砂糖 牛乳 卵
25木	コーン入り豆乳卵スープ トマトと胡瓜の南蛮酢和え 果物	鶏肉 卵 豆乳 カニカマ	ワカメ	人参 青梗菜 パセリ トマト	玉葱 クリームコーン 胡瓜 キャベツ	じゃが芋 片栗粉	醤油 コンソメ 塩コショウ 醤油 砂糖 酢	バナナ 牛乳	ウィンナーロール カルピス	粉 BP 砂糖 カレー粉 ウィン ナー
26金	魚のチーズ焼き 果物 切干大根と桜エビの炒め煮	鮭 じゃこ天 桜エビ	チーズ	赤パブリカ ビーマン 人参 インゲン	玉葱 えのき 切干大根		塩コショウ 醤油 砂糖	せんべい 牛乳	へらへら団子 牛乳	白玉粉 小麦粉 水 こしあん
27土	和風スパゲティ ゆで卵 果物	ベーコン 卵	刻み海苔	人参 葱	玉葱 しめじ 干椎茸	スパゲティ	醤油 オリーブ油 塩コショウ	バナナ 牛乳	サターアランダギー 牛乳	粉 BP 砂糖 卵 油
29月	魚のラタトゥイユソース 果物 切昆布の土佐煮	魚 油揚げ 鰹節	切昆布	人参 トマト ビーマン パブリカ黄 人参 インゲン	玉葱 えのき 干椎茸		ケチャップ 塩コショウ 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	ファールトン 麦茶	粉 牛乳 砂糖 卵 バニラエッセンス バ ター レーズン
30火	厚揚げとナスの味噌炒め 南瓜サラダ 果物	豚肉 厚揚げ ハム		人参 ゴーヤ 人参 南瓜	玉葱 ナス 生姜 胡瓜		醤油 砂糖 味噌 マヨネーズ 塩コショウ	バナナ 牛乳	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ 黄粉 砂糖 塩
31水	もずくスープ ししゃも 野菜のゴマ味噌和え 果物	豆腐 鶏肉(ししゃも)	もずく	人参 葱 人参 青菜	玉葱 えのき 干椎茸 胡瓜 キャベツ もやし		鶏がらスープの素 塩コショウ 醤油 砂糖 味噌 ゴマ 塩	せんべい 牛乳	ブルーベリーとクリチのマフィン 牛乳	粉 ブルーベリージャム 砂糖 卵 BP クリチ バター

気になる給食がありましたら、いつでもレシピを準備します
※献立は変更になる場合があります

七夕
メニュー

お弁当日

誕生会