



7月献立予定表



| 日付 | 献立名 | 材料名 | おやつ | |
|------|--|--|------------|----|
| 1 木 | ご飯/チキングラタン/キャベツとツナの塩昆布和え/コンソメスープ | 米 鶏肉 ジャガイモ 人参 ブロッコリー 牛乳 小麦粉 バター 塩 キャベツ ツナ 塩昆布 玉ねぎ コーン フイヨン / 牛乳 食パン 黒ゴマ 砂糖 バター | セサミラスク | 牛乳 |
| 2 金 | 牛肉のビーフン/卵の白菜と豆腐の炒め物/果物 | ビーフン 牛肉 玉ねぎ 人参 もやし 卵 白菜 豆腐 果物 醤油 申布だし ごま油 / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 3 土 | 家庭内保育協力日 | 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 5 月 | 親子丼/じゃがいものきんぴら/味噌汁 | 米 鶏肉 卵 玉ねぎ グリンピース ジャガイモ 人参 豆乳 ほろれ ん草 醤油 みりん 砂糖 ごま油 ごま 味噌 昆布だし / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 6 火 | ご飯/魚のカレー風味揚げ/なすと小松菜の煮びたし/味噌汁 | 米 さくら かぼちゃ なす 小松菜 大根 人参 カレー粉 酒 醤油 片栗粉 油 みりん 味噌 砂糖 昆布だし / 牛乳 ぶどうジュース りんご セラチン 砂糖 | ぶどうゼリー | 牛乳 |
| 7 水 | 天の川そうめん/魚のフリッター/かぼちゃとじゃがいもの素焼き/ゼリー | そうめん 卵 ささみ きゅうり 人参 オクラ 魚 かぼちゃ ジャガ いも ゼリー 醤油 砂糖 みりん 塩 小麦粉 片栗粉 ヘーキングパ ウダー 油 オリーブ油 / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 8 木 | ご飯/魚ときゃべつの塩バター蒸し/オクラとじゃがいもの和え物/オニオンスープ | 米 魚 きゃべつ 玉ねぎ オクラ ジャガイモ 人参 バター 塩 醤油 油 ごま フイヨン / 牛乳 食パン きんぴら バター | きな粉トースト | 牛乳 |
| 9 金 | 焼きそば/ブロッコリーと卵のマヨ炒め/果物 | 中華めん 豚肉 きゃべつ もやし 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 卵 果物 ウスターソース 味噌 マヨネーズ 醤油 ごま油 / 牛乳 市 販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 10 土 | 家庭内保育協力日 | 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 12 月 | 夏野菜カレー/卵サラダ/果物 | 米 豚肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ なす 卵 キャベツ きゅうり コーン カレールウ ごまドレッシング 果物 / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 13 火 | ご飯/魚の煮つけ/じゃがいもと人参のきんぴら/味噌汁 | 米 魚 ジャガイモ 人参 しめじ わかめ 醤油 みりん 砂糖 ごま 油 ごま 味噌 昆布だし / 牛乳 ホットケーキミックス 卵 ほろ れん草 | ほうれん草入りケーキ | 牛乳 |
| 14 水 | 炊き込みご飯/野菜の天ぷら/味噌汁 | 米 鶏肉 ひじき ちくわ 人参 こんにゃく しいたけ さつまいも かぼちゃ れんこん 卵 みりん 酒 醤油 小麦粉 油 味噌 昆布だ し / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 15 木 | ご飯/チキングラタン/キャベツとツナの塩昆布和え/コンソメスープ | 米 鶏肉 ジャガイモ 人参 ブロッコリー 牛乳 小麦粉 バター 塩 キャベツ ツナ 塩昆布 玉ねぎ コーン フイヨン / 牛乳 食パン 黒ゴマ 砂糖 バター | セサミラスク | 牛乳 |
| 16 金 | 牛肉のビーフン/卵の白菜と豆腐の炒め物/果物 | ビーフン 牛肉 玉ねぎ 人参 もやし 卵 白菜 豆腐 果物 醤油 申布だし ごま油 / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 17 土 | 家庭内保育協力日 | 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 19 月 | 親子丼/じゃがいものきんぴら/味噌汁 | 米 鶏肉 卵 玉ねぎ グリンピース ジャガイモ 人参 豆乳 ほろれ ん草 醤油 みりん 砂糖 ごま油 ごま 味噌 昆布だし / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 20 火 | ご飯/魚のカレー風味揚げ/なすと小松菜の煮びたし/味噌汁 | 米 さくら かぼちゃ なす 小松菜 大根 人参 カレー粉 酒 醤油 片栗粉 油 みりん 味噌 砂糖 昆布だし / 牛乳 ぶどうジュース りんご セラチン 砂糖 | ぶどうゼリー | 牛乳 |
| 21 水 | お誕生日メニュー | ピラフ から揚げ サラダ コンソメスープ / 牛乳 フチケーキ | フチケーキ | 牛乳 |
| 24 土 | 家庭内保育協力日 | 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 26 月 | 夏野菜カレー/卵サラダ/果物 | 米 豚肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ なす 卵 キャベツ きゅうり コーン カレールウ ごまドレッシング 果物 / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 27 火 | ご飯/魚の煮つけ/じゃがいもと人参のきんぴら/味噌汁 | 米 魚 ジャガイモ 人参 しめじ わかめ 醤油 みりん 砂糖 ごま 油 ごま 味噌 昆布だし / 牛乳 ホットケーキミックス 卵 ほろ れん草 | ほうれん草入りケーキ | 牛乳 |
| 28 水 | 炊き込みご飯/野菜の天ぷら/味噌汁 | 米 鶏肉 ひじき ちくわ 人参 こんにゃく しいたけ さつまいも かぼちゃ れんこん 卵 みりん 酒 醤油 小麦粉 油 味噌 昆布だ し / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 29 木 | ご飯/チキングラタン/キャベツとツナの塩昆布和え/コンソメスープ | 米 鶏肉 ジャガイモ 人参 ブロッコリー 牛乳 小麦粉 バター 塩 キャベツ ツナ 塩昆布 玉ねぎ コーン フイヨン / 牛乳 食パン 黒ゴマ 砂糖 バター | セサミラスク | 牛乳 |
| 30 金 | 牛肉のビーフン/卵の白菜と豆腐の炒め物/果物 | ビーフン 牛肉 玉ねぎ 人参 もやし 卵 白菜 豆腐 果物 醤油 申布だし ごま油 / 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |
| 31 土 | 家庭内保育協力日 | 牛乳 市販お菓子 | 市販お菓子 | 牛乳 |

※仕入れの都合上、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。
 ※午前のおやつは、毎日牛乳です。

