

## 2021年7月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	体の調子を整える(緑)
1	木	ご飯	麻婆なす バンザンスー フルーツ ☆牛乳・シュガートースト	豆腐・合いびき肉・みそ 錦糸卵・蒲鉾 牛乳	ごま・ごま油・砂糖・片栗粉 春雨・ごま・ごま油 砂糖・食パン・マーガリン	なす・玉葱・人参・葱 人参・きゅうり・玉葱 果物
2	金	ご飯	牛肉の甘辛煮 そうめん汁 フルーツ ☆牛乳・キャラメルプリン・いりこ	牛肉 ちくわ・みそ 牛乳・いりこ	砂糖 そうめん・里芋 キャラメルプリン の素	生姜・かぼちゃ・しめじ・いんげん・人参 人参・オクラ・ごぼう 果物
3	土	うどん	カレーうどん 粉ふきいも ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛肉・スキムミルク 青のり 牛乳	干しうどん・油・カレールウ じゃがいも お菓子	人参・玉葱・葱 果物
5	月	ご飯	冷やししゃぶしゃぶ マカロニスープ フルーツ ☆牛乳・ツナとニラの落とし焼き	豚肉・鶏卵 ベーコン 牛乳・ツナ缶・鶏卵	マカロニ 油・小麦粉・上新粉	きゅうり・トマト・玉葱 玉葱・人参・セロリ・小松菜 果物 ニラ・葱・コーン
6	火	ご飯	五目炒り豆腐 ポテトサラダ フルーツ ☆牛乳・ちんすこう	豆腐・牛ひき肉・鶏卵 牛乳	砂糖・油 じゃがいも・マヨネーズ 小麦粉・油・砂糖	人参・玉葱・キャベツ・ピーマン 人参・きゅうり・コーン 果物 かぼちゃパウダー
7	水	パン	七夕ハンバーグ ミニトマト 七夕スープ ☆牛乳・フルーツポンチ	鶏ひき肉・豆腐・ひじき ウインナー・蒲鉾 牛乳	パン粉・片栗粉 春雨 白玉粉・砂糖	玉葱・干し椎茸・人参 ミニトマト 人参・大根・えのき・玉葱・セロリ・オクラ フルーツ缶
8	木	ご飯	白身魚の味噌焼き キャベツの塩昆布和え 豆腐のすまし汁 ☆牛乳・カレーパン	白身魚・みそ 塩昆布 豆腐・昆布 牛乳・合いびき肉	砂糖 ロールパン・カレールウ・油	葱 キャベツ・人参 人参・えのき・三つ葉 人参・玉葱
9	金	ご飯	肉じゃが トマトとじゃこの和え物 フルーツ ☆牛乳・フルーチェ・お菓子	豚肉 ちりめん・わかめ 牛乳	じゃがいも・糸蒟蒻・砂糖・油 砂糖・ごま お菓子・フルーチェの素	玉葱・人参・グリーンピース トマト 果物 フルーツ缶
10	土	ビーフン	炒めビーフン わかめスープ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	豚肉・ちくわ わかめ 牛乳	砂糖・油・ビーフン ごま お菓子	玉葱・人参・キャベツ・干し椎茸・豆苗・ピーマン 人参・玉葱・葱 果物
12	月	ご飯	凍り豆腐のオランダ煮 小松菜のチーズ和え フルーツ ☆牛乳・マカロニ安倍川	凍り豆腐・鶏肉 チーズ・ちりめん 牛乳・きな粉	じゃがいも・片栗粉・砂糖・油 ごま・ごま油 砂糖・マカロニ	人参・玉葱・ピーマン 小松菜・キャベツ・人参 果物
13	火	ご飯	ポークビーンズ 切干大根のごまネーズ フルーツ ☆牛乳・フレンチトースト	水煮大豆・豚肉 ハム 牛乳・鶏卵	じゃがいも・砂糖・油 ごま・砂糖・マヨネーズ 食パン・砂糖・マーガリン	人参・玉葱・ピーマン 切干大根・小松菜 果物
14	水	ご飯	生揚げのそぼろ煮 ひじきサラダ フルーツ ☆牛乳・焼きとうもろこし・ゼリー	牛ひき肉・生揚げ ひじき・ハム・ちりめん 牛乳	じゃがいも・砂糖 油・砂糖 ゼリー	人参・玉葱・いんげん・生姜 人参・小松菜 果物 とうもろこし
15	木	ご飯	夏野菜カレー・大豆ナゲット りっちゃんのサラダ フルーツ ☆お誕生日パフェ	ウインナー・スキムミルク・大豆ナゲット ハム・鰹節・塩昆布 牛乳	油・カレールウ 油・砂糖 コーンフレーク・プリン の素	かぼちゃ・なす・玉葱・いんげん キャベツ・きゅうり・コーン・人参・ミニトマト 果物 フルーツ缶・キウイ

※5日・8日・12日・13日…野菜の皮むき・野菜切り(ゆり組)

※14日…とうもろこしの皮むき(たんぽぽ組)

※27日…枝豆のさやもぎ(ゆり組)