

2024年07月

献立表

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	月	ご飯 生揚げのそぼろ煮 スパゲティサラダ 果物	牛乳 お野菜ブリッツ	米、メークイン、小麦粉、スパゲティ、片栗粉、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、厚揚げ、牛ひき肉、ツナ、粉チーズ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、コーン、いんげん、しょうが
2	火	ご飯 あじのマリネ コンソメスープ 果物	牛乳 金魚ゼリー	米、メークイン、揚げ油、小麦粉、油	牛乳、アジ	たまねぎ、トマト、きゅうり、にんじん
3	水	ご飯 肉野菜炒め 切干大根のごまネーズ 果物	牛乳 クラッカーサンド(ジャム)	米、マヨネーズ、すりごま、油、片栗粉、砂糖、マーマレード、いちごジャム	牛乳、鶏もも肉、いか、ロースハム	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、切り干しだいこん、しめじ、コーン、
4	木	ご飯 チキンチャップ 小松菜のチーズ和え 果物	牛乳 シュガートースト	米、食パン、砂糖、マーガリン、油、すりごま、ごま油	牛乳、鶏もも肉、さいの目チーズ、ちりめん	たまねぎ、にんじん、こまつな、キャベツ、ピーマン
5	金	ご飯 からあげ 星サラダ 七タスープ 果物	牛乳 七タポンチ	米、メークイン、小麦粉、片栗粉、マヨネーズ、砂糖、揚げ油、春雨	牛乳、鶏もも肉	たまねぎ、にんじん、だいこん、パイン缶、きゅうり、えのきたけ、コーン、オクラ、しょうが
6	土	焼きうどん 納豆和え 果物	牛乳 お菓子	うどん	牛乳、豚肉、ツナ、挽きわり納豆	たまねぎ、キャベツ、はくさい、にんじん、ほうれんそう、もやし、ピーマン、焼きのり
8	月	ご飯 牛肉の甘辛煮 そうめん汁 果物	牛乳 マシュマロクリスピー	米、さといも、コーンフレーク、そうめん、マーガリン、砂糖	牛乳、牛肉、みそ、ちくわ	かぼちゃ、にんじん、しめじ、ごぼう、いんげん、オクラ、しょうが
9	火	ご飯 げんこつ揚げ いんげんのごま和え すまし汁 果物	牛乳 フルーツ盛り合わせ	米、小麦粉、揚げ油、すりごま、砂糖	牛乳、木綿豆腐、ちりめん、ひじき、こんぶ	かぼちゃ、いんげん、にんじん、なす、えのきたけ、みつば
10	水	ご飯 五目炒り豆腐 和風サラダ 果物	牛乳 マカロニの安倍川	米、マカロニ、春雨、砂糖、油	牛乳、木綿豆腐、卵、牛ひき肉、きな粉、ちくわ、かまぼこ、わかめ	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ピーマン
11	木	ご飯 八宝菜 きゅうりの酢みそ和え 果物	牛乳 ツナサンド	米、食パン、マヨネーズ、片栗粉、油、砂糖	牛乳、うずら卵、豚肉、ムキエビ、ツナ、みそ、わかめ	きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン、干しいたけ
12	金	パン ビーフシチュー フレンチサラダ 果物	牛乳 パイナップルゼリー いりこ	米、メークイン、ビーフシチューの素、油、ロールパン	牛乳、牛肉、ロースハム、かえりいりこ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、しめじ、コーン、グリーンピース
13	土	トマトスパゲティ きゅうりの酢の物 果物	牛乳 お菓子	スパゲティ、油	牛乳、ウインナー、ベーコン、ちりめん、わかめ	たまねぎ、きゅうり、ホールトマト缶詰、にんじん、ピーマン、しめじ
16	火	ご飯 凍り豆腐の炒め煮 青梗菜としらすのごま和え 果物	牛乳 お好み焼き	米、お好み焼き粉、砂糖、すりごま、片栗粉、油	牛乳、ムキえび、卵、凍り豆腐、ロースハム、ちりめん、あおのり、刻みこんぶ	キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、葉ねぎ、グリーンピース、コーン、干しいたけ



6日・13日・17日・20日・27日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。