



7月 給食献立予定表

😊 手作りおやつの日  
 ♡ スプーンを使うメニュー  
 ☆ 新メニュー  
 ★ コップとお箸は、毎日持たせてください。  
 よろしくお祈りします！

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	主食	副食	材料	3時のおやつ
1	金	お茶 クッキー	ご飯	豚丼 山芋とじゃこのサラダ 根菜ともち麦のスープ	豚肉 玉葱 生姜 ビーマン 山芋 じゃこ 小ねぎ 胡瓜 かつお節 れんこん 人参 ごぼう 冬瓜 もち麦 昆布 粉乳 ヨーグルト レモン他	スキムミルク レモンマフィン
2	土	お茶 卵ぼーろ	ご飯	☆金時豆と南瓜のコロッケ ☆つる紫と紫玉葱のサラダ 水菜ときのこのスープ	金時豆 南瓜 合挽き肉 玉葱 つる紫 紫玉葱 胡瓜 みょうが ミントマ レモン汁 水菜 しめじ エノキ ワカメ 昆布 粉乳 他	スキムミルク おかし
4	月	お茶 せんべい	ご飯	☆煮込み豆腐のハンバーグ おからの煮物 つる紫の味噌汁	合挽き肉 豆腐 卵 玉葱 おから 人参 ごぼう 椎茸 白葱 つる紫 しめじ いりこ 昆布 鮭 じゃが芋 粉乳 牛乳 黄粉 他	スキムミルク わらびもち
5	火	お茶 クラッカー	ご飯	ひじきとおからのオムレツ 千草サラダ 冬瓜のスープ	鶏挽肉 ひじき おから 卵 レタス 胡瓜 セロリ カイワレ大根 大根 ギョーザ皮 冬瓜 チンゲン菜 鶏ガラ 昆布 とうもろこし 他	スキムミルク 蒸しとうもろこし
6	水	お茶 パイ	ご飯	魚のカレー風味焼き ゴーヤとツナのサラダ 緑黄色野菜スープ	魚 パセリ カレー粉 ゴーヤ 胡瓜 ツナ缶 コーン マヨネーズ人参南瓜 小松菜トマト牛乳食パンにんにくウインナーオクラナスパブリカチーズ他	牛乳 ピザトースト
7	木	お茶 ポン菓子	わかめ ご飯	たなばた会食 タンドリーチキン ポテトサラダ ミントマ オクラにゅうめん セタゼリー	米 鶏肉 カレー粉 ヨーグルトじゃが芋 卵 胡瓜 ハムマヨネーズミニマ かつお節 オクラ ソーメン すしあげ ゼリーの素 スイカ 他	セタスイカ
8	金	お茶 黒棒	麺	スタミナラーメン 南瓜のそぼろ煮 パイナップル	牛挽肉 にんにく にら もやし チンゲン菜 中華めん 南瓜 鶏挽肉 玉葱 パイナップル 米 海苔 他	お茶 海苔おにぎり
9	土	お茶 ビスケット	ご飯	南瓜のパン粉揚げ イカと胡瓜の和え物 トマトと卵のスープ	南瓜 パン粉 イカ 胡瓜 ワカメ ごま トマト 卵 鶏ガラ 昆布 粉乳 他	スキムミルク おかし
11	月	お茶 せんべい	ご飯	豚肉ともやしの葱塩チャンプルー ☆人参とゴーヤの和え物 スズキーニの味噌汁	豚肉 もやし ビーマン 豆腐 卵 生姜 白葱 人参 ゴーヤ ごま 玉葱 スズキーニ ワカメ 昆布 かつお節 豆腐 枝豆 他	スキムミルク 黒ゴマおからクッキー
12	火	お茶 ミニドーナツ	ご飯	ふわふわ卵の野菜あんかけ ☆胡瓜のスタミナ揚げ お豆のスープ	卵 玉葱 人参 いんげん エリンギ かつお節 胡瓜 にんにくごま大豆 ひよこ豆 セロリ キャベツ 玉葱豆乳リンゴオレンジキウイバナナ他	お茶 フルーツ豆乳白玉
13	水	お茶 ポン菓子	ご飯	魚の蒲焼 鶏ささみと人参のナムル 粟米湯	魚 鶏ささみ 人参 もやし チンゲン菜 生姜 ごま クリームコーン 卵 小ねぎ 牛乳 トマト レモン汁 クラッカー 他	牛乳 トマトジャムクラッカー
14	木	お茶 丸ぼうろ	ご飯	夏野菜カレー マロニーサラダ オレンジ	豚肉 玉葱 南瓜 ナストマト コーン スズキーニ 生姜 にんにく マロニー 胡瓜 人参 ハム マヨネーズ オレンジ 粉乳卵おからごま他	スキムミルク 枝豆
15	金	お茶 バームクーヘン	ご飯	ヘルシーメニュー 五目煮 胡瓜とつる紫の胡麻あえ 味噌汁	鶏肉 ごぼう 人参 大豆 にんにく 干し椎茸 胡瓜 つる紫 なす 豆腐 玉葱 いりこ 昆布 山芋 粉乳 他	スキムミルク おかし
16	土	お茶 ミニドーナツ	ご飯	スタミナにんにく鍋 オクラ納豆 メロン	合挽き肉 生姜 卵 もやし 豆腐 ニラ エノキ にんにく きくらげ チンゲン菜 納豆 オクラ カツオ燻メロン 他	お茶 おかし
19	火	お茶 せんべい	ご飯	ハッシュドビーフ タコと水菜のチョレギサラダ パナナ	牛肉 玉葱 人参 しめじ デミグラスソース ハヤシルウ じゃが芋 レタス 海苔 胡瓜 ワカメ 豆腐 小ねぎ タコ ごま パナナ 粉乳 他	スキムミルク おかし
20	水	お茶 卵ぼーろ	ご飯	魚の塩焼き ひじきの金平 スズキーニの味噌汁	魚 大根おろし ひじき ごぼう 人参 鶏挽肉 スズキーニ玉葱ワカメ昆布 かつお節 豆腐 牛乳イカ キャベツ もやし 卵 天かす 他	牛乳 イカ焼き
21	木	お茶 ミニケーキ	麺	レタスと大葉のちりめんパスタ お豆のサラダ ミネストローネ	スパゲッティ レタス 大葉 パブリカ アスパラ じゃこ ひよこ豆 金時豆 いんげん豆 水菜 南瓜 エビマヨネーズトマト ナスセロリじゃが芋他	スキムミルク 青じそと鮭のおにぎり
22	金	お茶 ビスケット	ご飯	豆腐のえびあん煮 三色ナムル ワカメと春雨のスープ	豆腐 エビ 白葱 卵 生姜 人参 青梗菜 もやし ワカメ 春雨 コーン 粉乳 甘酒 リンゴゼリー 他	スキムミルク 甘酒とりんごのゼリー・クラッカー
23	土	お茶 ポン菓子	麺	大葉と鶏むね肉の冷やしうどん 肉じゃが オレンジ	大葉 鶏肉 オクラ 大根 梅干し うどん かつお節 昆布 牛肉 じゃが芋 糸こんにゃく 人参 オレンジ 他	お茶 おかし
25	月	お茶 ビスケット	ご飯	ねぎ卵 ひじきの煮物 エノキと大葉の味噌汁	白葱 もやし 人参 玉葱 じゃが芋 合挽き肉 卵 ひじきれんこん天ぷら 糸こんにゃく大豆すしあげエノキ大葉豆腐ワカメクリームチーズパン他	スキムミルク クリームチーズとマーマレードのコッパン
26	火	お茶 せんべい	ご飯	山芋とアスパラのグラタン 小松菜と厚揚げソテー ニラと春雨のスープ	山芋 アスパラ エビ バター チーズ 生クリーム パセリ 小松菜 豆腐 春雨 ニラ エノキ 生姜 じゃが芋 スキムミルク 他	スキムミルク フライドポテト
27	水	お茶 パイ	ご飯	魚と夏野菜のさっぱり漬け 切り干し大根の煮物 チンゲン菜のスープ	魚 ナストマト 玉葱 カイワレ大根 切り干し大根 人参 天ぷら 椎茸 チンゲン菜 もやし きくらげ 牛乳 黄粉 はちみつ 食パン 他	牛乳 黄粉とはちみつの食パン
28	木	お茶 クラッカー	ご飯	南瓜のシチュー パブリカとアスパラのサラダ リンゴ	鶏肉 南瓜 スズキーニ コーン 冬瓜 シチュウウ インゲン豆 ひよこ豆 パブリカ じゃが芋 エビ アスパラ エリンギ リンゴ 粉乳 他	スキムミルク おかし
29	金	お茶 クッキー	麺	焼きそば ☆ナスとオクラの煮びたし ☆冬瓜と鮭のスープ	焼きそば 鶏肉 ニラ もやし キャベツ ナス オクラ 昆布 かつお節 大根 冬瓜 鮭 ゆかり たくわん 枝豆 米 他	お茶 ゆかりとたくわんのおにぎり
30	土	お茶 ミニケーキ	ご飯	豆腐のそぼろあんかけ ひよこ豆のサラダ かき玉汁	豆腐 鶏挽肉 生姜 白葱 オクラ 水菜 キャベツ いんげん 枝豆 じゃが芋 ブロッコリー マヨネーズ 玉葱 卵 粉乳 他	スキムミルク おかし

材料の都合により、献立の変更をすることがあります。 江上保育園

