

7月献立表

※午前・午後のおやつの（ ）は卵・乳の含まれるおやつになります。

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (金)	さんしょくライス・牛乳	こめ・バター・ウインナー・たまねぎ・あかピーマン・ピーマン・あぶら・ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	オレンジ ビスケット (卵・乳)
	ささみスティック	ささみ・てんぷらこ・マヨネーズ・さけ・おろしにんにく		
	シーザーサラダ	ベーコン・キャベツ・きゅうり・レモンかじゅう・こなチーズ		
	コーンスープ	コーン・クリームコーン・にんじん・パセリ・しょうゆ・とりがら		
	たなばたゼリー	たなばたゼリー (アレルゲンなし)		
★七夕お誕生会給食★				
2 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	せんべい りんごジュース
	ぎゅうにくとやさいの プルコギ	ぎゅうももにく・キャベツ・もやし・にんじん・ニラ・ピーマン・ごまあぶら・やきにくの たれ・さけ・みりん・しろごま・かたくりこ		
	きのこのスープ	かまぼこ・しめじ・えのきたけ・わかめ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
	くだもの (バナナ)	バナナ		
4 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	ぎゅうにゅう みかんゼリー (乳)
	さかなのさいきょうやき	さば・みそ・みりん・さけ・さとう・あぶら		
	いんげんのごまあえ	いんげん・にんじん・もやし・ツナ・しょうゆ・しろごま		
	かにかまのすましじる	かにかまぼこ・わかめ・とうふ・みつば・にぼし		
5 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー (乳)	ヨーグルト ケーキ (卵・乳)
	なごやふうからあげ	とりももにく・さけ・プレーンヨーグルト・かたくりこ・あぶら・しょうゆ・みりん・さとう・にんにく・しょうが・しろごま		
	そえやさい	あかピーマン・キャベツ・きゅうり・マヨネーズ		
	こまつなのみそしる	こまつな・あぶらあげ・しめじ・たまねぎ・みそ・にぼし		
6 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスケット (卵・乳)	わかめおにぎり べつたらづけ
	ミートスパゲティ	カットスパゲティ・ぶたミンチ・だいちみずに・たまねぎ・にんじん・しめじ・ピーマン・ おろしにんにく・オリーブオイル・ケチャップ・トマトピューレ・デミグラスソース・ウス ターソース・あかワイン		
	キャベキャベサラダ	キャベツ・きゅうり・みかんかん・ロースハム・さとう・しょうゆ・す		
7 (木)	ちらしずし・牛乳	こめ・さとう・す・とりにく・にんじん・たけのこみずに・ごぼう・ほししいたけ・いんげ ん・あぶらあげ・しょうゆ・たまご・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	バナナ クッキー (卵・乳)
	れいしゃぶサラダ	ぶたロースにく・おろししょうが・キャベツ・きゅうり・あかピーマン・ごまあぶら・ねりごま		
	ほしのこスープ	オクラ・たまねぎ・なると・うおそうめん・にぼし		
七夕の日献立				
8 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 たまご ポーロ (卵・乳)	ストロベリー マフィン (卵・乳)
	にくじゃが	とりももにく・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・いんげん・あぶら・さとう・ しょうゆ・みりん		
	トマトのあまづづけ	トマト・パセリ・す		
	ふのすましじる	はなふ・わかめ・しいたけ・かいわれだいこん・だしこんぶ・かつおぶし		
9 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 カルシウ ムおかき	せんべい ヨーグルト (乳)
	とりのからあげ	とりももにく・さけ・しょうゆ・しょうが・おろしにんにく・こむぎこ・あぶら		
	ゆでやさい	キャベツ・にんじん・しお		
	やさいスープ	わかめ・えのきたけ・たまねぎ・ねぎ・みりん・とりがら		
11 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	だいがくいも
	マーボーなす	ぶたミンチ・おろししょうが・おろしにんにく・あぶら・なす・たまねぎ・にんじ ん・たけのこみずに・あつあげ・ニラ・さとう・しょうゆ・あかみそ・オイスター ソース・さけ・ごまあぶら・かたくりこ		
	ちゅうかサラダ	もやし・きゅうり・ロースハム・す		
12 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	カルピス シャーベット (乳)
	さかなのフライ	しろみざかな・こむぎこ・たまご・パンこ・あぶら		
	そえやさい	レタス・トマト・きゅうり		
	とうにゅうマヨネーズ	とうにゅう・す・さとう		
13 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	バナナ	そうめん チャンプル
	ハンバーグ	ぎゅうミンチ・にんじん・たまねぎ・しいたけ・パンこ・たまご・あぶら・ケチャップ・ウ スターソース・さとう		
	ゆでやさい	キャベツ・にんじん・しお		
	かぼちゃスープ	ベーコン・かぼちゃ・バター・こむぎこ・ぎゅうにゅう・とりがら・なまクリーム		
14 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	ホットケーキ (卵・乳)
	やきにくふういため	ぎゅうももにく・キャベツ・もやし・にんじん・ニラ・ピーマン・あかピーマン・あぶら・ やきにくのたれ・さけ・みりん・しろごま・かたくりこ		
	ぼりぼりきゅうり	きゅうり・ごまあぶら・さとう・す・しょうゆ		
	オクラのすましじる	オクラ・たまねぎ・わかめ・えのきたけ・にぼし		

15 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	フルーツ ポンチ (乳)
	いりどり	とりももにく・じゃがいも・にんじん・ごぼう・ほししいたけ・グリーンピース・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん		
	ほうれんそうのりずあえ	ほうれんそう・もやし・ツナ・きざみのり・しろごま・す		
	とうがんのみそしる	とうがん・とうふ・あぶらあげ・ねぎ・みそ・にぼし		
16 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	ミニパン (卵・乳)
	ひやしる	とうふ・きゅうり・ねぎ・しろごま・みそ・にぼし・あおじそ		
	いわしのうめに	いわし・さとう・しょうゆ・みりん・ばいにく・かたくりこ		
	かぼちゃのもの	かぼちゃ・さとう・しょうゆ		
19 (火)	ちゅうかおこわ・牛乳	こめ・もちごめ・ぶたロースにく・にんじん・しめじ・ほししいたけ・グリーンピース・ごまあぶら・さとう・しょうゆ・さけ・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスケット (卵・乳)	パインかん クラッカー (乳)
	さかなのココロあげ	さば・おろししょうが・かたくりこ・あぶら		
	きゅうりのこんぶあえ	きゅうり・しおこんぶ		
	えのきスープ	わかめ・えのきたけ・たまねぎ・ねぎ・みりん・にぼし		
20 (水)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 たまご ポーロ (卵・乳)	バナナドーナツ (乳)
	とりにくのさっぱり	とりももにく・さとう・しょうゆ・す・あぶら		
	マカロニサラダ	マカロニ・ロースハム・きゅうり・にんじん・マヨネーズ		
	かぼちゃのみそしる	かぼちゃ・たまねぎ・あつあげ・ニラ・みそ・にぼし		
21 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 カルシウ ムおかき	ゆで とうもろこし
	カツカレー	とりももにく・こむぎこ・たまご・パンこ・あぶら・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・グリーンピース・おろしにんにく・りんご・とりがら・ケチャップ・カレーフレーク		
	やさしいサラダ	トマト・きゅうり・レタス・さとう・す		
	くだもの(オレンジ)	オレンジ		
22 (金)	さんしょくそぼろ	こめ・とりミンチ・あぶら・さとう・しょうゆ・さけ・たまご・ほうれんそう・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	フルーツイン ゼリー
	ごはん・牛乳	ぎゅうにゅう		
	わかめスープ	わかめ・もやし・にんじん・たまねぎ・とうふ・ねぎ・みりん・にぼし		
	くだもの(バナナ)	バナナ		
23 (土)	ごましおにぎり・牛乳	こめ・むぎ・ごましお・ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	せんべい グレープジュース
	にくうどん	うどん・ぎゅうももにく・さとう・しょうゆ・さけ・にんじん・しいたけ・ねぎ・みりん・にぼし		
	きゅうりとちくわのすのもの	きゅうり・わかめ・ちくわ・す		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
25 (月)	ズッキーニいりみそ いため	ぶたロースにく・たまねぎ・ズッキーニ・ピーマン・あかピーマン・にんじん・なす・しめじ・しょうが・あぶら・さとう・みそ・しょうゆ・みりん	菓子類 クッキー (卵・乳)	シャーベット
	そうめんのすましじる	そうめん・しいたけ・みつば・とうふ・にぼし		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
26 (火)	さかなのなんばん	さば・かたくりこ・あぶら・たまねぎ・きゅうり・トマト・さとう・す・しょうゆ	菓子類 あられ	みたらし とうふだんご
	なすのみそしる	なす・えのきたけ・にんじん・あつあげ・ねぎ・みそ・にぼし		
	わかめおにぎり・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう		
27 (水)	ちゃんぽん	ほしちゅうかめん・ぶたロースにく・おろししょうが・あぶら・いか・えび・ちくわ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・とりがら・とんこつ・しょうゆ・ごまあぶら	菓子類 クラッカー (乳)	アップル ケーキ (卵・乳)
	ようふうしらあえ	とうふ・はくさい・きゅうり・ロースハム・たまご・さとう・みそ・しろごま		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
28 (木)	さといものそぼろに	さといも・とりミンチ・たまねぎ・にんじん・こんにゃく・あつあげ・グリーンピース・あぶら・さとう・しょうゆ・さけ・かたくりこ	菓子類 ビスケット (卵・乳)	おこのみやき (卵)
	せんぎりだいこんのすのもの	きりぼしだいこん・きゅうり・あぶらあげ・きざみこんぶ・しろごま・す		
	くだもの(オレンジ)	オレンジ		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
29 (金)	とりにくのみそやき	とりももにく・さとう・みそ・みりん・さけ・あぶら	菓子類 おかき	フルーツ ミックス
	ゆでやさしい	キャベツ・きゅうり・にんじん・マヨネーズ		
	もずくスープ	もずく・えのきたけ・ねぎ・しょうゆ・ごまあぶら・だしこんぶ・かつおぶし		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
30 (土)	チキンカレー	とりにく・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・グリーンピース・あぶら・バター・こむぎこ・カレーこ・おろしにんにく・りんご・ぎゅうにゅう・とりがら	菓子類 カルシウ ムおかき	ミニパン (乳)
	キャベツキャベツサラダ	キャベツ・コーン・ツナ・マヨネーズ		
	くだもの(バナナ)	バナナ		