



日 曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ
			主食	追加	10時	
1 水	豚の生姜焼き 添え野菜 茄子の揚げ浸し フルーツサラダ 牛乳	豚肉 しょうが みりん しょうゆ もやし 茄子 片栗粉 油 かつお節 葱 葱 煮干し しょうゆ ブロッコリー ツナ チーズ きゅうり 人参 フルーツレシリング 牛乳	めん	野菜	ゼリー	ヨーグルト ポンチ
2 木	冷やっこ風 チンジャオロース 野菜のヨーグルトソース和え	豆腐 白干し 葱 ホン酢 豚肉 じゃが芋 玉葱 筍 青・赤・黄ピーマン オイスターソース コンソメ キャベツ ささ身 人参 きゅうり スッキリニ ヨーグルト マドレ レモン	飯	菜	100%ジュース 昆布	チーズサブレ
3 金	魚の南蛮漬け かき玉汁 スパゲッティーサラダ 枝豆	いわし 片栗粉 油 玉葱 トマト 赤・黄・青ピーマン 酢 砂糖 しょうゆ 卵 人参 玉葱 三つ葉 煮干し かつお みりん しょうゆ 干スバゲッティー チーズ ハム きゅうり 人参 マドレ 枝豆	パン	ブルー	フルーツ	梅昆布 おにぎり
4 土	ちやんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 蒲鉾 平天 コーン キャベツ もやし 人参 葱 鶏がら コンソメ 煮干し みりん しょうゆ ごま油 パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
6 月	チーズオムレツ きんぴら牛蒡 お浸し	卵 ベーコン 玉葱 じゃが芋 トマト 生クリーム チーズ コンソメ ケチャップ 牛蒡 牛肉 ビーマン 人参 糸こんにゃく ごま みりん しょうゆ 小松菜 蒲鉾 もやし きゅうり かつお	パン	牛乳	ヨーグルト	ハワイアン グラフィティー
※ 7 火	夏野菜のカーレース 星のコロッケ 添え野菜 パイナップルサラダ 乳酸菌アップル	米 牛肉 豚肉 玉葱 人参 茄子 南瓜 ピーマン りんご カレールウ チーズ コロッケ 油 トマト ブロッコリー パイナップル 人参 きゅうり 酢 オリーブ油 乳酸菌アップル	飯		牛乳 Caせんべい	七タゼリー&ウエハース もも2以下 ゼリー
8 水	鶏の照り焼き 添え野菜 たらこ人参 青菜のナムル	鶏肉 砂糖 みりん しょうゆ キャベツ たらこ 人参 じゃが芋 砂糖 バター 小松菜 もやし ハム 酢 ごま油 砂糖 しょうゆ ごま	めん	野菜	100%ジュース 小魚	甘夏 パイ
9 木	鯖のバターソース焼き 添え野菜 南瓜甘煮 納豆和え 牛乳	鯖 バター しょうゆ 酒 小麦粉 ブロッコリー 南瓜 油揚げ 昆布 煮干し 納豆 もやし 蒲鉾 きゅうり 人参 かつお しょうゆ 牛乳	飯	ワカメ	ゼリー	スイカ
10 金	八宝菜風 ベークドポテト ひじきのマリネ	豚肉 チンゲン菜 もやし えび(3上) 人参 玉葱 しいたけ 筍 ビーマン コンソメ オイスターソース じゃが芋 粉チーズ 牛乳 バター 干ひじき ささ身 きゅうり 赤ピーマン トマト 酢 オリーブ油 砂糖	パン	牛乳	フルーツ	枝豆&チーズ
11 土	肉うどん フルーツ 牛乳	干めん 牛肉 玉葱 人参 しいたけ 三つ葉 煮干し かつお みりん しょうゆ パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
13 月	ハワイアンバーグ 添え野菜 夏野菜のチャウダースープ たらこ和え トマト	合挽肉 卵 ハン粉 豆腐 玉葱 バイン チーズ ケチャップ もやし 南瓜 ベーコン 玉葱 スッキリニ 黄ピーマン 牛乳 コンソメ ルウ パセリ たらこ キャベツ きゅうり 赤ピーマン 人参 しょうゆ トマト	飯	ひじき	ヨーグルト	桃のケーキ
14 火	魚の梅煮小松菜添え 牛肉と野菜の炒め物 中華きゅうり	鯖 酒 昆布 うめ みりん しょうゆ 砂糖 小松菜 牛肉 キャベツ もやし 玉葱 人参 しょうゆ オイスターソース コンソメ きゅうり ささ身 トマト ごま 酢 砂糖 ごま油	めん	野菜	牛乳 Caせんべい	ポテトチップス
15 水	みそカツ風 添え野菜 切干大根煮 酢の物	豚肉 卵 小麦粉 ハン粉 みそ 砂糖 みりん ケチャップ ソース ごま キャベツ 切干大根 ちくわ 人参 大豆 干ひじき 葱 煮干し しょうゆ ワカ 春雨 きゅうり 赤ピーマン みかん 酢 砂糖	パン	牛乳	100%ジュース チーズ	レモンッキー
16 木	鮭のムニエルタルソース 添え野菜 ラタトゥイユ キャベツのごま酢和え	生鮭 小麦粉 オリーブ油 卵 マドレ パセリ レモン汁 ブロッコリー ベーコン ニンニク 茄子 トマト 南瓜 スッキリニ 赤・黄ピーマン 玉葱 コンソメ キャベツ 蒲鉾 きゅうり もやし 人参 ごま 酢	飯	菜	フルーツ	クリームパン
17 金	☆タベの集い献立☆ 焼きそば たこ焼き フランクフルト 枝豆 とうもろこし 芋スティック ジュース	中華めん 豚バラ もやし キャベツ 人参 ピーマン たこ焼き ソース かつお フランクフルト ケチャップ 枝豆 とうもろこし 芋スティック アップルジュース	めん		ゼリー	3上 パピコ 3未 アイスクリーム
18 土	豚丼 フルーツ 牛乳	米 豚肉 玉葱 人参 しいたけ 糸こんにゃく 葱 煮干し かつお 砂糖 みりん しょうが しょうゆ パナナ 牛乳	飯		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
20 月	南瓜とコーンのかき揚げ チンゲン菜の煮びたし 切干大根サラダ	南瓜 コーン さわか 枝豆 牛蒡 玉葱 小麦粉 卵 油 ソース チンゲン菜 もやし 油揚げ 赤ピーマン コンソメ オイスターソース 切干大根 ハム きゅうり 人参 ごま しょうゆ マドレ	パン	牛乳	ヨーグルト	チキンライス おにぎり
◎ 21 火	ぶっかけうどん 鶏のレモン焼き 添え野菜 ポテトサラダ フルーツ	干めん オクラ 蒲鉾 みかん 天かす 煮干し みりん しょうゆ 鶏肉 レモン 塩麴 しょうゆ キャベツ じゃが芋 ハム きゅうり レーズン 人参 マドレ パイナップル	めん		牛乳 ウエハース	チーズケーキ もも3以下 米粉ケーキ
22 水	巣ごもり卵 煮豆 オクラの梅おほか和え	卵 玉葱 ベーコン トマト パセリ ケチャップ うずら豆 砂糖 塩 オクラ ささ身 梅 人参 きゅうり もやし かつお しょうゆ	飯	ワカメ	ゼリー	スッキリニと ツナのトースト
25 土	スタミナ中華 フルーツ 牛乳	干中華めん 豚ばら キャベツ もやし 人参 葱 煮干し 中華だれ パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
27 月	マーボー茄子 煮干しカリント 三色和え	合挽肉 茄子 葱 しょうが ニンニク 玉葱 人参 筍 しいたけ みそ ケチャップ しょうゆ 煮干し ごま 砂糖 小松菜 もやし 赤ピーマン かつお しょうゆ	飯	ふりかけ	ヨーグルト	レーズンサンド
28 火	鮭のみそ漬け焼き 添え野菜 昆布巻煮 冷しばぶ風サラダ	生鮭 みそ 砂糖 みりん しょうが ブロッコリー 昆布巻き 人参 ちくわ 豚肉 キャベツ もやし きゅうり 青じそレシリング	パン	牛乳	牛乳 Caせんべい	プリンアラモード
29 水	ポークチャーバーベキューソース 添え野菜 オクラのみそ汁 茄子ときゅうりの中華風サラダ フルーツ	豚肉 小麦粉 ケチャップ ソース しょうゆ 砂糖 キャベツ オクラ 豆腐 えのき 葱 みそ 煮干し 茄子 きゅうり ささ身 人参 しめじ トマト 酢 ごま油 砂糖 ごま 甘夏	飯	ゆかり	ゼリー	とうもろこし もも3以下 ヨウソウシ
30 木	夏野菜のあんかけ豆腐 ひじきの炒め煮 白す和え	豆腐 スッキリニ 赤・黄ピーマン 人参 玉葱 トマト 煮干し コンソメ 片栗粉 干ひじき 平天 いんげん 切干大根 人参 葱 白干し 小松菜 もやし きゅうり しょうゆ	パン	牛乳	フルーツ	肉味噌 そうめん
31 金	魚の塩焼き 添え野菜 大学南瓜 マゼンタサラダ 牛乳	鮭 レモン キャベツ 南瓜 油 ごま 砂糖 しょうゆ じゃが芋 チーズ ハム トマト きゅうり 人参 マドレ 牛乳	飯	ひじき	100%ジュース ブルー	冷凍みかん もも2以下 みかん

※ 7日(金) 完全給食です。保育園で収穫した夏野菜でカレーを作ります。

◎ 21(火)誕生会です。 7日、21日は3上の人はお箸だけ用意してください。

☆ 17日(金) 完全給食です。3上の人はお箸だけ用意して下さい。

7月17日はタベのつどいごっこです。  
給食の献立も夏のお祭りの気分を味わってもらえたらと、焼きそばやたこ焼き、フランクフルトといった特別な献立にしています。今までとは違ったかたちの「タベのつどい」が子供たちにとって素敵な一日になったらと思います。

