

7月のこんだて

1日・15日（火）

肉団子と芋の甘辛煮
キャベツの香り漬け
トマトのスープ
牛乳
きなこサンド（1日）
お茶
ミルクわらび餅（15日）



2日・16日（水）

さばの梅煮
きゅうりの酢の物
かぼちゃのみそ汁

牛乳
お菓子



3日・17日（木）

夏野菜カレー
フルーツヨーグルト

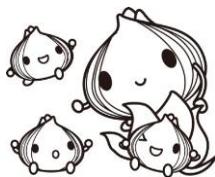
お茶
ゆで枝豆（3日）
牛乳
セサミブレッド（17日）



4日・18日（金）

キスのカレー揚げ
コロコロサラダ
スープヌードル

牛乳
お菓子



7日（月）

星のコロッケ
キャベツのツナサラダ
セタ汁

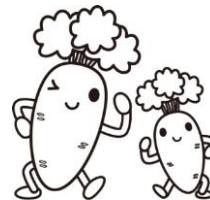
お茶
セタゼリー



8日・22日（火）

海鮮チャプチェ
わかめのサラダ
冬瓜スープ

お茶
おにぎり（8日）
桃のフルーチェ（22日）



9日・23日（水）

鶏肉のレモン焼き
ジャーマンポテト
ほうれん草のスープ

牛乳
お菓子



10日・24日（木）

とびうおのフライ
かぼちゃのサラダ
もやしのみそ汁

お茶
金魚水ようかん（10日）
ゆでとうもろこし（24日）



11日・25日（金）

なすのミートグラタン
ちくわかスープ
フルーツ

牛乳
お菓子



14日・28日（月）

豚肉のニラ炒め
カリコリきゅうり
中華スープ

牛乳
お菓子



29日（火）

ハヤシチュー
グリーンサラダ

牛乳
パインチーズ
クラッカー



30日（水）

ほっけの塩焼き
ひじきの五目煮
豆腐のみそ汁

牛乳
お菓子



31日（木）

完全給食
鮭寿司・白身魚のフライ
いんげんの胡麻あえ
キラキラスープ
ヤクルト
お茶
ヨーグルト



※2日（水）はうさぎ組、4日（金）はこあら組の給食参観です。

※17日（木）は、きりん組のカレークッキングです。

※31日（木）は完全給食です。白飯はいりません。

※夏野菜を収穫しましたら、給食の食材に使用します。

献立表

日付	献立名	材料名			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 ・ 15 (火)	白飯(乳児のみ) 肉団子と芋の甘辛煮 キャベツの香り漬け トマトのスープ	じゃがいも、油 パン粉、砂糖 米(乳児のみ)	合挽き肉、卵 ベーコン、ごま 牛乳	キャベツ、トマト たまねぎ、にんじん きゅうり レモン果汁 さやえんどう	牛乳・きなこ サンド(1日) お茶・ミルク わらびもち (15日)
2 ・ 16 (水)	白飯(乳児のみ) さばの梅煮 きゅうりの酢の物 かぼちゃのみそ汁	砂糖 米(乳児のみ)	さば、みそ かにかまぼこ 油揚げ 牛乳	きゅうり、かぼちゃ たまねぎ、ねぎ えのきたけ にんじん、うめ干し	牛乳 お菓子
3 ・ 17 (木)	白飯(乳児のみ) 夏野菜カレー フルーツヨーグルト	砂糖、油 米(乳児のみ)	ヨーグルト、牛肉 粉チーズ、脱脂粉乳 牛乳	たまねぎ、なす かぼちゃ、トマト にんじん、みかん缶 バナナ、パイン缶 もも缶、ピーマン	お茶 ゆで枝豆(3日) 牛乳 セサミブレッド (17日)
4 ・ 18 (金)	白飯(乳児のみ) キスのカレー揚げ ココロサラダ スープヌードル	スパゲティー マヨネーズ 小麦粉、油 オリーブ油 米(乳児のみ)	きす、ベーコン ハム、卵 牛乳	たまねぎ、きゅうり コーン、にんじん トマト、パセリ	牛乳 お菓子
7 (月)	白飯(乳児のみ) 星のコロッケ キャベツのツナサラダ 七タ汁	じゃがいも、油 そうめん、パン粉 小麦粉、砂糖 米(乳児のみ)	豚ひき肉、ツナ 卵、かまぼこ 油揚げ 牛乳(乳児のみ)	キャベツ、にんじん たまねぎ、ねぎ	お茶 七タゼリー
8 ・ 22 (火)	白飯(乳児のみ) 海鮮チャプチェ わかめのサラダ 冬瓜スープ	はるさめ、ごま油 米(乳児のみ)	いか、鶏肉 ほたて貝柱、えび ごま、わかめ 牛乳(乳児のみ)	とうがん、きゅうり にんじん、しめじ さやえんどう、ねぎ サニーレタス しょうが	お茶 おにぎり(8日) 桃のフルーチェ (22日)
9 ・ 23 (水)	白飯(乳児のみ) 鶏肉のレモン焼き ジャーマンポテト ほうれん草のスープ	じゃがいも、油 米(乳児のみ)	鶏肉、ベーコン 牛乳	たまねぎ、コーン ほうれん草 にんじん レモン果汁 パセリ	牛乳 お菓子
10 ・ 24 (木)	白飯(乳児のみ) とびうおのフライ かぼちゃのサラダ もやしのみそ汁	パン粉、油 小麦粉 マヨネーズ 米(乳児のみ)	とびうお、みそ 卵、油揚げ わかめ 牛乳(乳児のみ)	かぼちゃ、もやし きゅうり、にんじん コーン	お茶 金魚水ようかん (10日) ゆでとうもろこし (24日)
11 ・ 25 (金)	白飯(乳児のみ) なすのミートグラタン ちくわかスープ フルーツ	油 小麦粉 米(乳児のみ)	木綿豆腐 合いびき肉 卵、とろけるチーズ ちくわ、わかめ 牛乳	バナナ、たまねぎ なす、トマト えのきたけ ピーマン、ねぎ	牛乳 お菓子
14 ・ 28 (月)	白飯(乳児のみ) 豚肉のニラ炒め カリコリきゅうり 中華スープ	ごま油、砂糖 油 米(乳児のみ)	豚肉、ごま わかめ 牛乳	きゅうり、だいこん にんじん、コーン しょうが、にら	牛乳 お菓子
29 (火)	白飯(乳児のみ) ハヤシチュー グリーンサラダ	じゃがいも フレンチドレッシング 油 米(乳児のみ)	牛肉 牛乳	たまねぎ、レタス きゅうり、にんじん マッシュルーム ブロッコリー グリーンピース	牛乳 パインチーズ クラッカー
30 (水)	白飯(乳児のみ) ほっけの塩焼き ひじきの五目煮 豆腐のみそ汁	砂糖 米(乳児のみ)	ほっけ、木綿豆腐 みそ、油揚げ ちくわ、だいす ひじき、わかめ 牛乳	しめじ、にんじん ねぎ、いんげん	牛乳 お菓子
31 (木)	完全給食 鮭寿司・白身魚フライ いんげんの胡麻あえ キラキラスープ ヤクルト	米、パン粉 油、小麦粉 砂糖	たら、はんぺん 卵、さけ ごま 牛乳(乳児のみ)	いんげん、きゅうり オクラ、えのきたけ	お茶 ヨーグルト