



7月

給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。  
朝食をしっかり食べて登園しましょう。

| 令和6年6月26日 |   |                                                  |                    |                                                   |                                                          |                                                                                                      |                                                  |
|-----------|---|--------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 日         | 曜 | 献立                                               | 午後おやつ              | 材 料 名                                             |                                                          |                                                                                                      |                                                  |
|           |   |                                                  |                    | 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                                                                                           | 調味料                                              |
| 1         | 月 | ご飯・あじの塩焼き<br>和風マカロニサラダ<br>玉ねぎの味噌汁・オレンジ           | 牛乳<br>りんごのショートブレッド | 米、○小麦粉、マカロニ、○砂糖、<br>○バター、砂糖、ごま油                   | ○牛乳、あじ、生揚げ、ハム、<br>米みそ(淡色辛みそ)                             | オレンジ、たまねぎ、きゅうり、にん<br>じん皮むき、葉ねぎ、コーン缶、え<br>のきたけ、○りんごジャム                                                | 酢、しょうゆ(うすくち)、かつ<br>おだし・鰹節、食塩                     |
| 2         | 火 | ご飯・塩だれ回鍋肉<br>小松菜の和風サラダ<br>冬瓜の中華スープ・メロン           | 牛乳<br>もちもちチーズパン    | 米、○ホットケーキ粉、○白玉粉、<br>和風ドレッシング、ごま油                  | ○牛乳、豚肉(肩ロース)、チー<br>ズ、○粉チーズ、ベーコン                          | メロン(緑肉)、こまつな、キャベ<br>ツ、たまねぎ、にんじん皮むき、と<br>うがん、ミニトマト、ピーマン、しめ<br>じ、レモン果汁、にんにく                            | 酒、中華だしの素、鶏がらだ<br>し・粉末、食塩、オイスター<br>ソース            |
| 3         | 水 | ご飯・さわらのにらソース<br>人参のソテー・野菜スープ<br>バナナ              | 牛乳<br>マーマレードケーキ    | 米、○ホットケーキ粉、じゃがい<br>も、○バター、油、ごま油                   | ○牛乳、さわら、○卵、ペーコ<br>ン                                      | バナナ、にんじん皮むき、たまね<br>ぎ、○マーマレード、ほうれんそ<br>う、にら、コーン缶、しょうが                                                 | しょうゆ(うすくち)、酢、みり<br>ん、鶏がらだしの素、食塩                  |
| 4         | 木 | ご飯・国産鶏のスタミナ焼き<br>夏野菜の揚げ浸し<br>高野豆腐の味噌汁・オレンジ       | 牛乳<br>バナナクッキー      | 米、○小麦粉、○砂糖、○油、油、<br>○片栗粉、砂糖、ごま油、ごま                | ○牛乳、鶏もも肉(皮付)、米<br>みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、凍<br>り豆腐                 | オレンジ、なす、ズッキーニ、かぼ<br>ちゃ、赤ピーマン、にんじん皮む<br>き、○バナナ、万能ねぎ、いんげ<br>ん、葉ねぎ、にんにく、しょうが                            | めんつゆ・3倍濃縮、しょうゆ<br>(うすくち)、酢、かつおだし・<br>鰹節          |
| 5         | 金 | 七タカレー<br>短冊サラダ<br>いなみのメロン                        | 野菜ジュース<br>桃ゼリー     | 米、じゃがいも、○砂糖、砂糖、ご<br>ま油                            | 牛肉(肩ロース)、○ゼラチン                                           | ○りんご果汁50%飲料、メロン<br>(赤肉)、にんじん皮むき、だいこ<br>ん皮むき、たまねぎ、○もも缶(黄<br>桃)、しめじ、コーン缶、きゅうり                          | カレールウ、酢、しょうゆ(う<br>すくち)                           |
| 6         | 土 | チキンライス<br>コンソメスープ・バナナ                            | 米棒                 | 米、○玄米、○水あめ、○砂糖、<br>○油、油                           | 鶏むね肉(皮付)、ベーコン                                            | バナナ、たまねぎ、キャベツ、にん<br>じん皮むき、根切りもやし、コーン<br>缶、グリーンピース(水煮缶詰)                                              | ケチャップ、○しょうゆ、コン<br>ソメ・粉末、食塩                       |
| 8         | 月 | ご飯・鮭の梅焼き<br>ひじきのごま酢和え<br>人参の味噌汁・オレンジ             | 牛乳<br>ジャムサンド       | 米、○サンドイッチパン、砂糖、ご<br>ま                             | ○牛乳、さけ、米みそ(淡色辛<br>みそ)、油揚げ、ちくわ                            | キャベツ、オレンジ、にんじん皮む<br>き、たまねぎ、○いちごジャム、<br>きゅうり、ねぎ、万能ねぎ、うめ干<br>し、ひじき                                     | みりん、酢、しょうゆ(うすく<br>ち)、しょうゆ、酒、かつおだ<br>し・鰹節         |
| 9         | 火 | ビビンバ丼<br>ゆでとうもろこし<br>わかめスープ・バナナ                  | 牛乳<br>シュガーパイ       | 米、ごま、砂糖、○グラニュー糖、<br>ごま油                           | ○牛乳、牛肉(もも)                                               | とうもろこし、バナナ、ほうれんそ<br>う、大豆もやし、たまねぎ、にんじ<br>ん皮むき、えのきたけ、生わかめ、<br>にんにく                                     | しょうゆ(うすくち)、酒、鶏が<br>らだしの素、食塩                      |
| 10        | 水 | パン・ポークビーンズ<br>フライドポテト<br>豆乳スープ・オレンジ              | 牛乳<br>マシュマロサンド     | じゃがいも、ロールパン、クロワッ<br>サン、油、マーガリン、食パン                | ○牛乳、調製豆乳、ゆで大豆、<br>豚肉(肩ロース)、ベーコン                          | オレンジ、たまねぎ、ピーマン、に<br>んじん皮むき、しめじ、ほうきい                                                                  | ケチャップ、鶏がらだしの<br>素、食塩                             |
| 11        | 木 | ご飯・さばの旨煮<br>キャベツとちくわの和え物<br>なすの味噌汁・メロン           | 牛乳<br>★フレンチトースト    | 米、○食パン、○砂糖、○バター、<br>砂糖、ごま                         | ○牛乳、さば、○卵、木綿豆<br>腐、ちくわ、米みそ(淡色辛み<br>そ)、かつお節               | メロン(緑肉)、キャベツ、にんじん<br>皮むき、なす、きゅうり、万能ねぎ、<br>しょうが、塩こんぶ                                                  | しょうゆ(うすくち)、酒、かつ<br>おだし・鰹節                        |
| 12        | 金 | ハヤシライス<br>★ハムサラダ・オレンジ                            | 牛乳<br>マカロニあべかわ     | 米、○マカロニ、マヨネーズ、○砂<br>糖                             | ○牛乳、牛肉(肩ロース)、ハ<br>ム、○きな粉                                 | たまねぎ、オレンジ、キャベツ、に<br>んじん皮むき、かぼちゃ、しめじ、<br>きゅうり、コーン缶、グリーンピー<br>ス(水煮缶詰)                                  | ハヤシルウ、○食塩                                        |
| 13        | 土 | 鮭チャーハン<br>豆腐のスープ・バナナ                             | きな粉せんべい            | 米、油                                               | 鮭フレーク、木綿豆腐、豚ひき<br>肉、○きな粉                                 | バナナ、にんじん皮むき、たまね<br>ぎ、ピーマン、葉ねぎ                                                                        | しょうゆ(うすくち)、鶏がらだ<br>し・粉末、食塩                       |
| 16        | 火 | ご飯・★タラのコーンマヨ焼き<br>キャベツとウインナーのソテー<br>玉ねぎのスープ・オレンジ | 牛乳<br>プアマンケーキ      | 米、○小麦粉、○砂糖、マヨネー<br>ズ、○油、油                         | ○牛乳、タラ 切り身、ウイン<br>ナーソーセージ                                | オレンジ、キャベツ、にんじん皮む<br>き、根切りもやし、たまねぎ、コー<br>ン缶、クリームコーン缶、葉ねぎ、<br>えのきたけ、パセリ                                | 鶏がらだしの素、食塩、○食<br>塩                               |
| 17        | 水 | ご飯・国産鶏と大豆の炒め煮<br>もやしの和え物<br>小松菜の味噌汁・バナナ          | 牛乳<br>シュガートースト     | 米、○食パン、砂糖、○バター、○<br>グラニュー糖、ごま、ごま油                 | ○牛乳、鶏もも肉(皮付)、大<br>豆水煮缶、油揚げ、ハム、米み<br>そ(淡色辛みそ)             | 根切りもやし、バナナ、たまねぎ、<br>にんじん皮むき、きゅうり、こまつ<br>な、葉ねぎ、生わかめ、グリーンピー<br>ス(水煮缶詰)                                 | しょうゆ(うすくち)、みりん、<br>鶏がらだしの素、かつおだ<br>し・鰹節          |
| 18        | 木 | ご飯<br>国産牛肉と青梗菜の味噌炒め<br>きゅうりの中華和え<br>★卵スープ・オレンジ   | 牛乳<br>メープルビスケット    | 米、○ホットケーキ粉、○マーガリ<br>ン、○メープルシロップ、○小麦<br>粉、油、ごま、ごま油 | ○牛乳、牛肉(肩ロース)、卵、<br>木綿豆腐、米みそ(淡色辛み<br>そ)                   | チンゲンサイ、オレンジ、きゅうり、<br>たまねぎ、にんじん皮むき、万能<br>ねぎ、生わかめ                                                      | 酒、しょうゆ(うすくち)、鶏が<br>らだしの素、酢、中華だしの<br>素、食塩         |
| 19        | 金 | ご飯<br>国産豚肉とズッキーニの炒め物<br>さつま芋の素揚げ<br>麩のすまし汁・バナナ   | カップでヤクルト           | 米、さつまいも、油、焼ふ、砂糖                                   | ○カップでヤクルト、豚肉(肩<br>ロース)                                   | バナナ、ズッキーニ、にんじん皮む<br>き、なす、たまねぎ、えのきたけ、<br>葉ねぎ                                                          | 酒、しょうゆ(うすくち)、みり<br>ん、オイスターソース、かつ<br>おだし・鰹節、食塩    |
| 20        | 土 | 牛丼<br>厚揚げの味噌汁<br>バナナ                             | クラッカー              | 米、しらたき、砂糖                                         | 牛肉 切り落とし、生揚げ、米<br>みそ(淡色辛みそ)、ちくわ                          | バナナ、たまねぎ、にんじん皮む<br>き、えのきたけ                                                                           | しょうゆ(うすくち)                                       |
| 22        | 月 | ご飯・さばのごま味噌焼き<br>和風おからサラダ<br>豆腐のすまし汁・オレンジ         | 牛乳<br>ミルク蒸しパン      | 米、○小麦粉、○砂糖、○油、砂<br>糖、ごま                           | ○牛乳、さば、木綿豆腐、おか<br>ら、ハム、米みそ(淡色辛み<br>そ)、○脱脂粉乳、ちくわ、かつ<br>お節 | オレンジ、にんじん皮むき、きゅう<br>り、えのきたけ、しょうが                                                                     | しょうゆ(うすくち)、みりん、<br>酢、酒、かつおだし・鰹節、食<br>塩           |
| 23        | 火 | ご飯・国産鶏肉の竜田揚げ<br>長芋と小松菜の塩炒め<br>しめじの味噌汁・バナナ        | 牛乳<br>ごまクッキー       | 米、ながいも、○小麦粉、片栗<br>粉、油、○バター、○砂糖、○すり<br>ごま、○ごま、ごま油  | ○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、<br>豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色<br>辛みそ)、ちくわ            | バナナ、こまつな、たまねぎ、万能<br>ねぎ、しめじ、しょうが                                                                      | しょうゆ、みりん、酒、かつお<br>だし・鰹節、食塩                       |
| 24        | 水 | ご飯・国産牛肉の3色炒め<br>ゆでとうもろこし<br>えのきの味噌汁・メロン          | 牛乳<br>オレンジゼリー      | 米、○砂糖、砂糖、油                                        | ○牛乳、牛肉(肩ロース)、木<br>綿豆腐、米みそ(淡色辛み<br>そ)、ちくわ、○ゼラチン           | とうもろこし、○オレンジ濃縮果汁、メ<br>ロン(緑肉)、○みかん缶、にんじん皮<br>むき、たけのこ(ゆで)、ピーマン、黄<br>ピーマン、たまねぎ、○みかん缶(液<br>汁)、生わかめ、えのきたけ | しょうゆ(うすくち)、酒、かつ<br>おだし・鰹節、みりん、食塩                 |
| 25        | 木 | ご飯・さわらの香味焼き<br>ピーマンとなすの中華炒め<br>★かきたま汁・オレンジ       | 牛乳<br>きなこラスク       | 米、○フランスパン、○バター、○<br>グラニュー糖、砂糖、ごま油、油               | ○牛乳、さわら、卵、豚肉(肩<br>ロース)、○きな粉                              | オレンジ、ピーマン、なす、たまね<br>ぎ、こまつな、にんじん皮むき、し<br>めじ、生わかめ、葉ねぎ、にんに<br>く、しょうが                                    | しょうゆ(うすくち)、みりん、<br>酒、中華だしの素、かつおだ<br>し・鰹節、食塩      |
| 26        | 金 | パン・タンドリーチキン<br>マカロニナポリタン<br>豆スープ・バナナ             | すいか                | ロールパン、クロワッサン、じゃが<br>いも、マカロニ、食パン                   | 鶏もも肉(皮付)、ゆで大豆、<br>ベーコン、ヨーグルト(無糖)                         | ○すいか、バナナ、にんじん皮む<br>き、たまねぎ、ピーマン、しめじ、<br>コーン缶                                                          | ケチャップ、鶏がらだしの<br>素、ウスターソース、しょうゆ<br>(うすくち)、食塩、カレー粉 |
| 27        | 土 | チャーハン<br>じゃがいものスープ<br>バナナ                        | かぼちゃボーロ            | 米、じゃがいも、油、ごま油                                     | 豚肉(肩ロース)、ベーコン                                            | バナナ、たまねぎ、にんじん皮む<br>き、ピーマン、しめじ                                                                        | 中華だしの素、鶏がらだしの<br>素、しょうゆ(うすくち)、食塩                 |
| 29        | 月 | ご飯・あじのバター醤油焼き<br>まめまめサラダ<br>もやしのスープ・オレンジ         | 牛乳<br>★ホットケーキ      | 米、○ホットケーキ粉、マヨネーズ<br>タイプ調味料(低カロリータイ<br>プ)、バター      | ○牛乳、あじ、木綿豆腐、大豆<br>水煮缶、○卵                                 | オレンジ、根切りもやし、たまね<br>ぎ、えだまめ、○いちごジャム、に<br>んじん皮むき、きゅうり、にら、コー<br>ン缶                                       | しょうゆ(うすくち)、鶏がらだ<br>しの素、みりん、食塩                    |
| 30        | 火 | ご飯・豚カツ<br>キャベツのゆず風味和え<br>豆腐の味噌汁・バナナ              | ヨーグルト              | 米、パン粉、小麦粉、油、マヨネー<br>ズタイプ調味料(低カロリータイ<br>プ)、ごま、砂糖   | ○ソファール元気ヨーグルト、豚<br>肉(ヒレ)、木綿豆腐、米みそ<br>(淡色辛みそ)             | バナナ、キャベツ、にんじん皮む<br>き、根切りもやし、たまねぎ、万能<br>ねぎ、ゆず果汁                                                       | かつおだし・鰹節、酒、しょう<br>ゆ(うすくち)、酢、食塩                   |
| 31        | 水 | ご飯・ぶりのレモン照り焼き<br>冬瓜のそぼろ煮<br>切干大根の味噌汁・オレンジ        | 牛乳<br>★オニオンブレッド    | 米、○ホットケーキ粉、片栗粉、○<br>マヨネーズ、砂糖、油                    | ○牛乳、ぶり、鶏ひき肉、米み<br>そ(淡色辛みそ)、○卵、ちく<br>わ、○ハム、○とろろ煮チーズ       | とうがん、オレンジ、○たまねぎ、<br>にんじん皮むき、万能ねぎ、グリン<br>ピース(水煮缶詰)、切り干しだい<br>こん、レモン果汁                                 | しょうゆ、しょうゆ(うすく<br>ち)、酒、みりん、かつおだし・<br>鰹節、食塩、○パセリ粉  |

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。  
※アレルギー対応について  
昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。  
卵を使った料理には★印をつけています。  
離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

7月10日・26日、ひまわり・こすもす・なのはな  
むぎ組園児のパンはバイキング形式になります。