

R7 7月の給食献立表

今月のお野菜は「とうもろこし」です



日 (曜日)	1 4・2 8 月	1・1 5・2 9 火	2・1 6・3 0 水	3・1 7・3 1 木	4・1 8 金	5・1 9 土	7 月	8・2 2 火	9・2 3 水	1 0・2 4 木	1 1・2 5 金	1 2・2 6 土
昼 食	【とうもろこしごはん】 七分つき米 とうもろこし 洋風だし うすくちしょうゆ 【夏野菜マーボー豆腐】 油・豚ひきにく たまねぎ・なす きゅうり・トマト ピーマン・豆腐 みそ・砂糖 しょうゆ・片栗粉 【南瓜の磯辺揚げ】 かぼちゃ・米粉 あおのり・油 【スープ】 さつまいも キャベツ・塩 洋風出し	【ごはん】 七分つき米 【サーモンのマヨネーズ焼き】 さけ・青のり ノンエッグマヨネーズ 【ほうれん草とコーンのソテー】 ほうれんそう キャベツ・コーン しめじ・油・塩 【みそ汁】 さつまいも たまねぎ・みそ えのきたけ かつお・昆布だし汁	【焼きビーフン】 油・豚肉・にら にんじん・ピーマン チンゲンサイ ビーフン・しょうゆ ウスターソース 鶏だし 【きゅうりとささみの 中華風サラダ】 鶏ささ身・酒・酢 きゅうり・しょうゆ 砂糖・油 【ミネストローネ】 大豆・たまねぎ じゃがいも・にんじん ピーマン・小麦粉 洋風出し ケチャップ	【ごはん】 七分つき米 【鶏肉のカレー焼き】 鶏もも肉・塩 にんにく・砂糖 しょうゆ・カレー粉 【コールスローサラダ】 キャベツ・にんじん コーン・マヨネーズ 酢・砂糖・塩 【すまし汁】 油揚げ・しめじ えのきたけ・塩 しょうゆ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【肉団子の甘酢あん】 豚ひき肉・ねぎ たまねぎ・酒 塩・片栗粉・油 酢・砂糖・しょうゆ 【小松菜のツナ和え】 こまつな・にんじん ツナ・しょうゆ 【みそ汁】 木綿豆腐 ねぎ・みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	【チャーハン】 七分つき米 豚ひき肉・油 たまねぎ・酒 にんじん・塩 ピーマン・青のり 【マカロニのカレー炒め】 油・ツナ・にんじん ピーマン・マカロニ しょうゆ・カレー粉 【はるさめスープ】 はるさめ・ねぎ じゃがいも 鶏だし・しょうゆ	【七夕そうめん】 そうめん・にんじん コーン・おくら しょうゆ・みりん かつお・昆布だし汁 【ナゲット】 鶏ひき肉・しょうが 木綿豆腐・塩 たまねぎ・にんにく 片栗粉・油 【すいか】	【ごはん】 七分つき米 【厚揚げのみそ炒め】 豚肉・にんじん 生揚げ・たまねぎ ねぎ・ピーマン しょうが・にんにく 油・みそ・さとう しょうゆ・片栗粉 【とうもろこしのかき揚げ】 とうもろこし さつまいも・油 塩こんぶ てんぷら粉 【チキンスープ】 鶏ひき肉 だいこん・にんじん 洋風出し・塩	【ごはん】 七分つき米 【豚肉の竜田揚げ】 豚肉・しょうゆ・油 片栗粉・みりん 【小松菜とコーンの和え物】 こまつな・にんじん コーン・しょうゆ 砂糖 【みそ汁】 かぼちゃ・なす みそ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【ふんわりつくね】 鶏ひき肉・ひじき たまねぎ・にんじん 塩・片栗粉 かつお・昆布だし汁 しょうゆ・みりん 【かぼちゃの甘煮】 かぼちゃ・しょうゆ かつお・昆布だし汁 砂糖 【五目汁】 鶏もも肉・ねぎ だいこん・にんじん 油揚げ・しょうゆ・塩 かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【ハヤシライス】 油・豚肉・たまねぎ じゃがいも にんじん グリーンピース ハヤシルウ 【切り干し大根煮】 切干大根・だし にんじん・油揚げ 砂糖・しょうゆ	【鶏肉の照り焼き丼】 七分つき米 鶏もも肉・砂糖 酒・塩・片栗粉 油・しょうが・みりん にんじん 焼き海苔 【ほうれん草と油揚げのお浸し】 ほうれんそう にんじん・油あげ しょうゆ・みりん かつお・昆布だし汁 【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩 えのきたけ しょうゆ かつお・昆布だし汁
	【クラッカーサンド】 クラッカー いちごジャム 【にぼし】 【牛乳】	【ホットケーキ】 小麦粉・砂糖 豆乳・油 ベーキングパウダー シロップ 【にぼし】 【牛乳】	【ツナマヨおにぎり】 七分つき米 ツナ・焼き海苔 ノンエッグマヨネーズ 【にぼし】 【牛乳】	【とうもろこしのチヂミ】 キャベツ・にら たまねぎ・コーン・油 小麦粉・片栗粉 豚ひき肉・しょうゆ しらす干し・鶏だし 【にぼし】 【牛乳】	【あげぱん】 ロールパン 油・きな粉・砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【ミニゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【七夕パンナコッタ】 寒天・砂糖 オレンジジュース 牛乳・生クリーム 【にぼし】 【牛乳】	【チーズ蒸しパン】 小麦粉・砂糖 豆乳・チーズ ベーキングパウダー 干しぶどう 【にぼし】 【牛乳】	【つぶつぶ人参ゼリー】 にんじん・砂糖 寒天・みかん缶 オレンジジュース レモン果汁 【にぼし】 【牛乳】	【コーンマヨトースト】 食パン・コーン マヨネーズ チーズ 【にぼし】 【牛乳】	【フルーツヨーグルト】 ヨーグルト・砂糖 バナナ・みかん缶 【にぼし】 【牛乳】	【ゼリー】 【ビスケット】 【にぼし】 【牛乳】

※【にぼし】は幼児のみです