

R6 7月の給食献立表

今月のお野菜は 「きゅうり」 です



日 (曜日)	1・29 月	2・16・30 火	3・17・31 水	4・18 木	5 金	19 金	6・20 土	8・22 月	9・23 火	10・24 水	11・25 木	12・26 金	13・27 土	
昼 食	【ごはん】 七分つき米 【豆腐の五目焼き】 木綿豆腐・酒 鶏ひき肉・ひじき さつまいも・しょうが にんじん・しょうゆ 塩・片栗粉 【キャベツのツナ和え】 キャベツ・にんじん きゅうり・ツナ ノンエッグマヨネーズ 【みそ汁】 切り干しだいこん たまねぎ・みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	【焼きビーフン】 油・豚肉・にんじん ピーマン・にら 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 洋風だし ケチャップ	【ごはん】 七分つき米 【鶏肉のマーマレード焼き】 鶏もも肉・しょうゆ 砂糖・塩・片栗粉 マーマレード 【小松菜とコーンの和え物】 こまつな・コーン にんじん・しょうゆ 砂糖 【五目汁】 鶏もも肉・だいこん にんじん・ねぎ・塩 油揚げ・しょうゆ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【かぼちゃコロッケ】 豚ひき肉・かぼちゃ たまねぎ・小麦粉 パン粉・油 【おからの梅和え】 きゅうり・オクラ しょうゆ・砂糖 うめ干し かつお節 【納豆汁】 挽きわり納豆 だいこん・ねぎ にんじん・みそ かつお・昆布だし汁	【とうもろこしごはん】 七分つき米 洋風だし うすくちしょうゆ 【セタハンバーグ】 油・チーズ 豚ひき肉 たまねぎ・豆乳 片栗粉・ケチャップ パン粉 濃厚ソース 【短冊サラダ】 だいこん・酢・油 にんじん・しょうゆ きゅうり・砂糖 【オニオンスープ】 たまねぎ・洋風だし 塩・パセリ粉	【ごはん】 七分つき米 【チキンカレー】 油・鶏もも肉 にんじん・たまねぎ じゃがいも・塩 グリーンピース かぼちゃ ノンビーフルー 濃厚ソース 【切り干し大根煮】 切干大根・砂糖 にんじん・しょうゆ 【みそ汁】 木綿豆腐・ねぎ 油揚げ・みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【豚肉の生姜焼き】 油・豚肉・にんじん たまねぎ・ピーマン しめじ・しょうゆ 砂糖・みりん しょうが 【ほうれん草のおひたし】 ほうれんそう にんじん・しょうゆ えのきたけ 【みそ汁】 木綿豆腐・ねぎ 油揚げ・みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【夏野菜マーボー豆腐】 油・豚ひきにく たまねぎ・ねぎ きゅうり・トマト ピーマン・豆腐 みそ・砂糖 しょうゆ・片栗粉 【厚揚げの炒め物】 生揚げ・たまねぎ 豚ひき肉・にんじん じゃがいも・油 塩・あおのり 【中華スープ】 豚肉・ねぎ・油 チンゲンサイ 塩・鶏だし かつお・昆布だし汁	【冷やしそうめん】 鶏ささ身・にんじん きゅうり・砂糖 塩・みりん・酒 干しそうめん しょうゆ うすくちしょうゆ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【肉じゃが】 油・豚肉・にんじん じゃがいも・たまねぎ グリーンピース しょうゆ・砂糖 だし・片栗粉	【ごはん】 七分つき米 【タンドリーチキン】 鶏もも肉・にんにく ケチャップ・砂糖 しょうゆ・塩 レモン果汁・カレー粉 片栗粉 【きゅうりのゆかりあえ】 きゅうり しそふりかけ 【コーンクリームスープ】 クリームコーン・油 コーン・たまねぎ 洋風だし・豆乳 塩・片栗粉 パセリ粉	【ごはん】 七分つき米 【鮭のコーンフライ】 さけ・塩・米粉・油 豆乳・カレー粉 コーンフレーク 【春雨の和え物】 はるさめ・砂糖 にんじん・しょうゆ きゅうり・酢 カットわかめ 【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	【チャーハン】 鶏ひき肉・油 にんじん・ピーマン ねぎ・鶏だし しょうゆ・ひじき 七分つき米 【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 【みそ汁】 切り干しだいこん じゃがいも・みそ 油揚げ かつお・昆布だし汁	
	午後 おやつ	【蒸しパン】 小麦粉・豆乳 ベーキングパウダー 油・砂糖 いちごジャム 【牛乳】 【にぼし】	【チーズボール】 チーズ・牛乳 ホットケーキ粉 油・無塩バター 【牛乳】 【にぼし】	【バナナ】 【ビスケット】 【牛乳】 【にぼし】	【ピザトースト】 食パン・コーン ケチャップ ツナ・きゅうり チーズ 【牛乳】 【にぼし】	【つぶつぶ人参ゼリー】 にんじん・みかん 砂糖・レモン果汁 粉かんでん オレンジジュース 【牛乳】 【にぼし】	【お好みせんべい】 まんまるそふとせんべい 濃厚ソース かつお節 あおのり 【リンゴジュース】	【せんべい】 【ゼリー】 【牛乳】 【にぼし】	【フルーツヨーグルト】 ヨーグルト・砂糖 バナナ・みかん 【牛乳】 【にぼし】	【ツナマヨおにぎり】 七分つき米 ツナ・のり ノンエッグマヨネーズ 【牛乳】 【にぼし】	【お好み焼き】 豚ひき肉・油 ねぎ・小麦粉 キャベツ・かつお節 中濃ソース ケチャップ・あおのり 【牛乳】 【にぼし】	【おからレーズンクッキー】 小麦粉・おから 砂糖・干しぶどう 無塩バター・牛乳 【牛乳】 【にぼし】	【ふかしいも】 【棒チーズ】 【牛乳】 【にぼし】	【ビスケット】 【ゼリー】 【牛乳】 【にぼし】

※【にぼし】は幼児のみです

☆は、「かみかみ」メニューです