

7月給食だより（3歳未満児）

アレルギー表示		▲乳						
日付	曜日	屋食	主な材料と体内での働き			おやつ(午前)	おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの		献立	献立
1	水	豚丼 スパゲティサラダ みそ汁	豚肉 ハム 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・ピーマン ブロッコリー なす・青ねぎ	米(国産)・糸こんにゃく(白滝)・砂糖・でん粉 スパゲティ・オリーブ油・マヨネースタイプ(卵不使用) おつゆ麩	▲ハーベスト(セサミ) ▲牛乳	ぷるぷるデザート(りんご)	フルーチェ(りんご)・▲牛乳 りんご(缶詰)
2	木	白身魚フライ ウィンナーとなすのケチャップ炒め ごはん みそ汁	たら ポークウィンナー 赤みそ・白みそ	揚げなす・人参・ピーマン チンゲン菜・玉ねぎ・わかめ	小麦粉・パン粉・油 油・砂糖 米(国産)	バナナ ▲牛乳	ソフトせんべい	ソフトせんべい
3	金	マーマレードチキン キャベツとほうれん草のおおさけ ごはん みそ汁	鶏肉 ちくわ 油揚げ・赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・ほうれん草・おおさのり 青ねぎ	小麦粉・油・マーマレード 米(国産) さつま芋	きなこもちせんべい ▲牛乳	ちんすこう風	小麦粉・油 砂糖・塩
4	土	サラダうどん ひじきと高野豆腐の煮物 フルーツ(黄桃)	ツナフレーク 凍り豆腐	トマト・オクラ・コーン・玉ねぎ ひじき・人参 黄桃(缶詰)	うどん・油 油・砂糖	クラッカー ▲牛乳	カップケーキ(いちご)	*米粉のカップケーキ・イチゴ(鉄) (米粉・いちご・砂糖)
6	月	豚肉とかぼちゃの煮物 チンゲン菜とキャベツのおかか和え ごはん みそ汁	豚肉 かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	かぼちゃ・玉ねぎ・さやいんげん チンゲン菜・キャベツ・人参 大根	砂糖 米(国産) おつゆ麩	▲ココナッツサブレ ▲牛乳	チヂミ	小麦粉・でん粉・塩・卵 ちくわ・ニラ・玉ねぎ・油 醤油・⑨調合ごま油
7	火	星のコロッケ 星空サラダ ごはん スープ 七夕ゼリー	▲チーズ	オクラ・人参・キャベツ ピーマン・わかめ	星のコロッケ(じゃが芋・玉ねぎ・鶏肉・豚肉)・油 油・砂糖 米(国産) じゃが芋 七夕ゼリー(夏みかん・メロン・豆乳・寒天)	▲マンナウエハース ▲牛乳	せんべい	星型せんべい
8	水	白身魚ののりマヨドレ焼 油揚げと小松菜の煮浸し ごはん みそ汁	ホキ 油揚げ 赤みそ・白みそ	おおさのり 小松菜・赤ピーマン 白菜・しめじ・青ねぎ	小麦粉・油・マヨネースタイプ(卵不使用) 砂糖 米(国産)	バナナ ▲牛乳	黒糖ホットケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・油
9	木	麻婆豆腐 野菜サラダ ごはん 中華スープ	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ ブロッコリー・人参・キャベツ 大根・チンゲン菜・コーン	油・砂糖・でん粉 オリーブ油・砂糖 米(国産)	ぼたぼた焼き ▲牛乳	マリービスケット	▲マリー(ビスケット) (小麦粉・砂糖・▲マーガリン ▲牛乳)
10	金	かき揚げ丼 ひじき煮 みそ汁	油揚げ 赤みそ・白みそ	ひじき・人参 チンゲン菜・しめじ	米(国産)・かき揚げ(玉ねぎ・人参・いんげん)・油・でん粉 砂糖 巻麩	星型せんべい ▲牛乳	水ようかん	寒天・こしあん 塩
11	土	そうめん 豚肉ととうがんの煮物 フルーツ(みかん缶)	ツナフレーク 豚肉	オクラ・わかめ・コーン・人参 冬瓜・さやいんげん みかん(缶詰)	そうめん・油 砂糖・でん粉	たべっ子BABY(ビスケット) ▲牛乳	せんべい	ぼたぼた焼き
13	月	白身魚の中華煮 さつま揚げとほうれん草のソテー ごはん 汁ピーフン	赤魚 さつま揚げ	しょうが ほうれん草・人参・玉ねぎ しいたけ・青ねぎ	小麦粉・砂糖 油 米(国産) ピーフン	▲白い風船ミルククリーム ▲牛乳	お好みねぎ焼き	青ねぎ・豚肉・油・かつお節 小麦粉・⑨調合ごま油 お好み焼きソース
14	火	鶏肉の塩こうじ唐揚げ コーンサラダ ごはん スープ メロンゼリー	鶏肉	にんにく・しょうが コーン・きゅうり・人参・レモン果汁 玉ねぎ・ほうれん草	小麦粉・でん粉・油 砂糖・オリーブ油 米(国産) じゃが芋 メロンゼリー	▲ココナッツサブレ ▲牛乳	豆乳ウエハース	▲豆乳ウエハース (小麦粉・砂糖・きなこ ▲マーガリン・豆乳)
15	水	フルコギ(韓国) ツナサラダ ごはん みそ汁	豚肉 ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	もやし・人参・しめじ・黄ピーマン・ピーマン・おろしのんご・しょうが・にんにく オクラ・コーン チンゲン菜・玉ねぎ	砂糖・調合ごま油・白ごま 油・砂糖 米(国産)	▲マンナビスケット ▲牛乳	フルーツポンチ	寒天・砂糖 りんご(缶詰)・みかん(缶詰)
16	木	白身魚の南蛮漬 高野豆腐の卵とし ごはん スープ	ホキ 凍り豆腐・卵	玉ねぎ 人参・さやいんげん しめじ・ドライパセリ	小麦粉・油・砂糖・調合ごま油 砂糖 米(国産) じゃが芋	バナナ ▲牛乳	きなこマカロニ	マカロニ・きな粉 砂糖・塩
17	金	カレーライス キャベツとコーンのサラダ りんごゼリー	豚肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン・赤ピーマン	米(国産)・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリー	きなこもちせんべい ▲牛乳	やわらかおかき	やわらかおかき(のり塩味)
18	土	焼うどん ちくわと小松菜のお浸し フルーツ(オレンジ)	豚肉・かつお節 ちくわ	キャベツ・玉ねぎ・人参・おおさのり 小松菜・もやし オレンジ	うどん・油	星型せんべい ▲牛乳	スイートポテト	スイートポテト(おさつ&ポテト) (さつま芋・砂糖・マッシュポテト 食塩・豆乳)
21	火	豆腐の野菜あんかけ 切干大根のハリハリ和え ごはん みそ汁	豆腐・豚肉 しらす 赤みそ・白みそ	白菜・玉ねぎ・人参・青ねぎ 切干大根・ほうれん草・赤ピーマン もやし・青ねぎ	でん粉・油・砂糖 調合ごま油・砂糖 米(国産) 巻麩	▲ハーベスト(セサミ) ▲牛乳	クレープ	*フレンスクレープ(いちご) (豆乳・砂糖・いちご 米粉)
22	水	豚肉うどん 鶏肉のおおさ焼 いんげんとコーンの赤しそ和え	豚肉 鶏肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・だし昆布 おおさのり さやいんげん・コーン・人参	うどん・砂糖 砂糖・油	バナナ ▲牛乳	わかめおにぎり	米(国産) わかめご飯の素
23	木	鶏肉のカレー風味焼 オクラと白菜の納豆和え ごはん みそ汁	鶏肉 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・白菜 わかめ・かぼちゃ・小松菜	小麦粉・油 米(国産)	▲マンナウエハース ▲牛乳	もものタルト	ももタルト (米粉・豆乳・ももピューレ)
24	金	白身魚のごま煮 ベーコンとチンゲン菜のソテー ごはん みそ汁	ホキ ▲ベーコン 油揚げ・赤みそ・白みそ	チンゲン菜・キャベツ・人参 なす	でん粉・白ごま 油 米(国産) さつま芋	ソフトせんべい ▲牛乳	キャロットパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・人参
25	土	五目炒飯 厚揚げのとろみ煮 スープ	牛豚ひき肉 生揚げ	玉ねぎ・人参・コーン・ピーマン オクラ ブロッコリー・白菜・えのきたけ	米(国産)・油 砂糖・でん粉	クラッカー ▲牛乳	せんべい(星たべよ)	星型せんべい
27	月	白身魚のムニエルトマトソース ひじきサラダ ごはん みそ汁	ホキ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・トマトピューレ ひじき・人参・きゅうり・コーン えのきたけ・青ねぎ	小麦粉・油 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産) おつゆ麩	▲白い風船ミルククリーム ▲牛乳	あずき蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・ゆで小豆
28	火	チーズハンバーグ グリーンサラダ ごはん スープ	ハンバーグ(鶏肉・豚肉・玉ねぎ)・▲ミックスチーズ	ドライパセリ ブロッコリー・きゅうり・人参 キャベツ・チンゲン菜	油 油・砂糖 米(国産) じゃが芋	ぼたぼた焼き ▲牛乳	バウムクーヘン	▲バウムクーヘン (卵・砂糖・▲マーガリン 小麦粉)
29	水	ハオユー豆腐(オイスターソース煮込み) もやしとブロッコリーのツナ和え ごはん たまごスープ	豆腐・豚肉 ツナフレーク 卵	白菜・人参・しめじ・ほうれん草 もやし・ブロッコリー 玉ねぎ・わかめ	油・砂糖・でん粉 米(国産)	バナナ ▲牛乳	きなこクッキー	小麦粉・きな粉・砂糖 油・豆腐
30	木	白身魚の蒲焼風 コーンサラダ ごはん みそ汁	ホキ 赤みそ・白みそ	コーン・人参・グリーンアスパラガス かぼちゃ・小松菜・しめじ	でん粉・油・砂糖 油・砂糖 米(国産)	▲マンナビスケット ▲牛乳	ソフトサラダ	ソフトサラダせんべい
31	金	ウィンナーのケチャップライス さつま揚げとなすの煮物 スープ	ポークウィンナー さつま揚げ	人参・玉ねぎ・ピーマン なす・人参・オクラ 黄ピーマン・パセリ	米(国産)・油 砂糖 じゃが芋	きなこもちせんべい ▲牛乳	パンプキンマフィン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・かぼちゃ

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。