

# 7月 給食献立表



ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ	
1	月	牛乳 オレンジ	パン・ポークビーンズ・コンソメスープ	豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・じゃがいも・しめじ・ピーマン・トマトホール缶/ベーコン・キャベツ・人参・ねぎ	牛乳・ヨーチ	
2	火	牛乳 バナナ	ジャージャーうどん・キャベツの和え物・オレンジ	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・ごま油/キャベツ・人参・ツナ缶詰/オレンジ	ジョア・バームクーヘン	
3	水	牛乳 オレンジ	ごはん・魚の梅干煮・かぼちゃのみそ汁	赤魚・梅干/かぼちゃ・人参・玉ねぎ・えのきたけ・ねぎ	牛乳・せんべい	
4	木	牛乳 バナナ	炒飯・中華きゅうり・チンゲン菜のスープ	豚肉・ベーコン・玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン缶詰/きゅうり・ごま油/チンゲン菜・玉ねぎ・人参/みかん缶詰・もも缶詰・バナナ・ヨーグルト	フルーツヨーグルト	
5	金	牛乳 オレンジ	サラダ寿司・お星さまスープ・スイカ	ハム・きゅうり・レタス・ツナ缶詰・コーン缶詰・ごま/豆腐・玉ねぎ・人参・おくら/スイカ	アイスクリーム	
6	土	お茶 オレンジ	夏 の つ ど い			
8	月	牛乳 オレンジ	ごはん・魚のみそ煮・さつま揚げのすまし汁	赤魚/さつま揚げ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ごぼう・しめじ	牛乳・あられ	
9	火	牛乳 チーズ	なすとトマトのスパゲティ・キャベツスープ・メロン	豚ひき肉・玉ねぎ・なす・トマト・ピーマン/ベーコン・キャベツ・人参・コーン缶詰・しめじ・ねぎ/メロン	ヨーグルト	
10	水	牛乳 オレンジ	ごはん・カレー肉じゃが・なすのみそ汁	豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・しらたき・グリーンピース/なす・かぼちゃ・人参・おくら・油揚げ	牛乳・サブレ	
11	木	牛乳 バナナ	鮭の混ぜご飯・豆腐のすまし汁 きゅうりとささみのごま酢和え	鮭フレーク/きゅうり・鶏ささみ肉・人参・ごま/豆腐・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しめじ/黒蒸し粉・レーズン	牛乳・黒蒸しパン	
12	金	牛乳 オレンジ	パン・豆腐のかわり揚げ・ポイルキャベツ・じゃがたま汁	豆腐・ひじき・人参・ねぎ/キャベツ/じゃがいも・玉ねぎ・チンゲン菜・えのきたけ・油揚げ	牛乳・あられ	
13	土	お茶 オレンジ	豚丼・じゃがいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・じゃがいも・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子	
16	火	牛乳 メロン	きつねうどん・和風サラダ・バナナ	油揚げ・人参・しいたけ・玉ねぎ・小松菜/じゃがいも・ひじき・レタス・ごま油/バナナ	牛乳・ビスケット	
17	水	牛乳 オレンジ	ごはん・魚の照り煮・ふのすまし汁	赤魚/ふ・玉ねぎ・人参・とうがん・えのきたけ・油揚げ・ねぎ/じゃがいも	牛乳・ゆでじゃが	
18	木	牛乳 バナナ	ごはん・鶏肉のレモン揚げ・きゅうり・トマト・野菜スープ	鶏肉/きゅうり/トマト/ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・人参・しめじ・ねぎ	牛乳・マカロニあべ川	
19	金	牛乳 オレンジ	ごはん・マーボー豆腐・中華スープ	豆腐・人参・玉ねぎ・豚ひき肉・ねぎ/チンゲン菜・人参・しめじ・もやし	牛乳・せんべい	
20	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子	
22	月	牛乳 オレンジ	とうもろこしごはん・ねばねば和え・かぼちゃのみそ汁	コーン缶詰/おくら・モロヘイヤ・人参・もやし・なめたけ・ツナ缶詰/豆腐・油揚げ・かぼちゃ・玉ねぎ・ねぎ/マカロニ・きな粉	牛乳・豆乳もち	
23	火	牛乳 バナナ	焼きそば風スパゲティ・チンゲン菜スープ・バナナ	豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・ピーマン/コーン缶詰・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・しいたけ・豆腐/バナナ	牛乳・チーズ・しるこサンド	
24	水	牛乳 オレンジ	ごはん・ドライカレー・フレンチサラダ・オレンジ	バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・小麦粉/レタス・トマト・きゅうり・ツナ缶詰/オレンジ/調整豆乳・きな粉	牛乳・クッキー	
25	木	牛乳 バナナ	ごはん・魚のから揚げ・さわやか和え・そうめん汁	メカジキ/キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布/そうめん・しいたけ・人参・玉ねぎ・ねぎ・油揚げ/とうもろこし	牛乳・ゆでとうもろこし	
26	金	牛乳 オレンジ	ごはん・ビビンバ・中華スープ・オレンジ	牛肉・ごま油・ほうれん草・人参・たけのこ・ごま油・コーン缶詰/ベーコン・はるさめ・玉ねぎ・人参・しめじ・ねぎ/スイカ	アイスクリーム	
27	土	お茶 オレンジ	豚丼・じゃがいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・じゃがいも・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子	
29	月	牛乳 オレンジ	ごはん・鶏肉のハワイアン・じゃがいもスープ	鶏肉・玉ねぎ・人参・100%パインアップルジュース/ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・人参・しめじ	牛乳・せんべい	
30	火	牛乳 バナナ	五目うどん・小魚和え・バナナ	鶏肉・玉ねぎ・人参・小松菜・しいたけ・ふ/レタス・ちりめんじゃこ・きゅうり/バナナ	ジョア・バームクーヘン	
31	水	牛乳 オレンジ	ごはん・かぼちゃの肉みそ炒め・豆腐のすまし汁	豚ひき肉・かぼちゃ・ピーマン・玉ねぎ・なす/豆腐・玉ねぎ・えのきたけ・とうがん・人参・ねぎ	牛乳・枝豆の塩ゆで	

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます。

