



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	水	牛乳 オレンジ	ごはん・煮やっこの肉みそかけ・ 具だくさん汁	豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ねぎ/油揚げ・じゃがいも・人参・ チンゲン菜・しめじ・もやし/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
2	木	牛乳 メロン	とうもろこしごはん・なすのみそ汁・ キャベツのおかか和え	コーン缶詰/キャベツ・人参・ツナ缶詰・ごま/なす・玉ねぎ・人参・ 豆腐・油揚げ・ねぎ	牛乳・クラッカー
3	金	牛乳 オレンジ	ごはん・鶏肉のトマト煮・ 和風サラダ	鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・しめじ・トマト・トマトホール缶詰・ピーマン/ ひじき・じゃがいも・レタス・ごま油	牛乳・せんべい
4	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
6	月	ヨーグルト	パン・鶏肉のレモン揚げ・きゅうり・ トマト・もやしスープ	鶏肉/きゅうり/トマト/豆腐・玉ねぎ・人参・もやし・ねぎ	牛乳・ヨーチ
7	火	牛乳 バナナ	洋風ちらし寿し・お星さまスープ・ スイカ	きゅうり・ハム・人参・しいたけ・コーン缶詰・プロセスチーズ/ベーコン・ 玉ねぎ・人参・キャベツ・はるさめ・おくら/スイカ	アイスクリーム
8	水	牛乳 オレンジ	ごはん・豆腐の中華煮・ キャベツサラダ	豆腐・豚肉・えび・玉ねぎ・人参・チンゲン菜/ツナ缶詰・キャベツ・ きゅうり・トマト	牛乳・サブレ
9	木	牛乳 チーズ	ごはん・肉じゃが・夏野菜のみそ汁	豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・しらたき・グリーンピース/なす・ かぼちゃ・油揚げ・人参・おくら/ゆで大豆	ジョア・ フライビーンズ
10	金	牛乳 バナナ	ごはん・煮魚・豆腐のすまし汁	赤魚/豆腐・油揚げ・人参・しめじ・玉ねぎ・チンゲン菜	牛乳・あられ
11	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・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・ 豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
13	月	牛乳 オレンジ	パン・ポークビーンズ・ フレンチサラダ・メロン	豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ピーマン・しめじ・ トマトホール缶詰/ハム・レタス・きゅうり・トマト/メロン	ヨーグルト
14	火	牛乳 メロン	ジャージャーうどん・バナナ・ キャベツの和え物	豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・ごま油/キャベツ・人参・ ツナ缶詰・ごま/枝豆	牛乳・枝豆塩ゆで
15	水	牛乳 バナナ	ごはん・高野豆腐の煮物・ じゃがいものみそ汁	鶏肉・高野豆腐・ごぼう・しいたけ・人参・グリーンピース/じゃがいも・ 玉ねぎ・人参・チンゲン菜/マカロニ・きな粉	牛乳・ マカロニあべ川
16	木	牛乳 オレンジ	ごはん・ドライカレー・オレンジ・ モロヘイヤスープ	バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・小麦粉/モロヘイヤ・ 豆腐・人参・しいたけ・ねぎ/オレンジ	牛乳・ビスケット
17	金	牛乳 メロン	ごはん・煮魚(ごぼう)・五目汁	赤魚・ごぼう/とうがん・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ	牛乳・せんべい
18	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
20	月	牛乳 オレンジ	ごはん・ひじきと豆腐の炒り煮・ さつま揚げのすまし汁	ひじき・豆腐・玉ねぎ・人参・しいたけ/さつま揚げ・じゃがいも・玉ねぎ・ チンゲン菜・ごぼう・ふ	牛乳・クッキー
21	火	牛乳 オレンジ	なすとトマトのスパゲティ・ キャベツスープ・オレンジ	豚ひき肉・なす・トマト・玉ねぎ・ピーマン/ベーコン・キャベツ・人参・ しめじ・コーン缶詰・ねぎ/オレンジ	牛乳・ やさいかりんとう
22	水	牛乳 バナナ	ごはん・白身魚のカレー揚げ・ レタス・トマト・じゃがたま汁	メカジキ/レタス/トマト/じゃがいも・玉ねぎ・人参・油揚げ・ねぎ	牛乳・ ゆでとうもろこし
25	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・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・ 豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
27	月	牛乳 メロン	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/ 調整豆乳・きな粉	ジョア・ 豆乳もち
28	火	牛乳 オレンジ	五目うどん・金時豆甘煮・バナナ	鶏肉・玉ねぎ・えのきたけ・人参・ふ・チンゲン菜/金時豆/バナナ	牛乳・チーズ・ ホームパイ
29	水	牛乳 バナナ	ごはん・マーボーなす・中華スープ	なす・人参・玉ねぎ・ピーマン・豚ひき肉/ベーコン・豆腐・しいたけ・ チンゲン菜・人参	牛乳・あられ
30	木	牛乳 オレンジ	ごはん・とうがんと厚揚げの煮物・ かぼちゃのみそ汁	とうがん・厚揚げ・鶏ひき肉・人参・おくら/かぼちゃ・玉ねぎ・なす・ しめじ・ねぎ	牛乳・クラッカー
31	金	牛乳 バナナ	牛丼・具だくさんみそ汁・スイカ	牛肉・玉ねぎ・人参・ねぎ/油揚げ・じゃがいも・人参・えのきたけ・ しめじ・チンゲン菜/スイカ	アイスクリーム

