



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	木	牛乳 バナナ	チャーハン・中華きゅうり・ チンゲン菜スープ	豚肉・玉ねぎ・人参・ねぎ・コーン缶詰/きゅうり・ごま油/ ベーコン・チンゲン菜・人参・しめじ・豆腐	牛乳・お菓子
2	金	牛乳 メロン	ごはん・ 豚肉とキャベツのみそ炒め・ えのきたけのすまし汁	豚肉・キャベツ・人参・ピーマン・玉ねぎ/えのきたけ・玉ねぎ・ 人参・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子
3	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・油揚げ	お茶・お菓子
5	月	牛乳 オレンジ	パン・なすのケチャップ炒め・ じゃがいもスープ	なす・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・マカロニ/ベーコン・じゃがいも・ 人参・キャベツ・ねぎ・コーン缶詰/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
6	火	牛乳 バナナ	ジャージャーうどん・ もやしのごま和え・オレンジ	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・たけのこ・ねぎ・ごま油/もやし・きゅうり・ 人参・ツナ缶詰・ごま/オレンジ	牛乳・お菓子
7	水	牛乳 オレンジ	洋風ちらし寿司・ 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・はるさめ・おくら/スイカ	アイスクリーム
8	木	牛乳 バナナ	とうもろこしごはん・豆腐のみそ汁・ きゅうりとささみのごま酢和え	コーン缶詰/鶏ささ身・きゅうり・人参・ごま/豆腐・玉ねぎ・人参・ えのきたけ・ねぎ	牛乳・お菓子
9	金	牛乳 オレンジ	ごはん・煮魚(たまねぎ)・ さつま揚げのすまし汁	赤魚・玉ねぎ/さつま揚げ・玉ねぎ・人参・とうがん・ねぎ	牛乳・お菓子
10	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・ クリームコーン・玉ねぎ	お茶・お菓子
12	月	牛乳 チーズ	ごはん・かぼちゃのみそ汁・ とうがんと厚揚げの煮物	とうがん・厚揚げ・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・おくら/かぼちゃ・ 玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ	牛乳・お菓子
13	火	牛乳 オレンジ	焼きそば風スパゲティ・ 豆腐スープ	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン/豆腐・チンゲン菜・ 玉ねぎ・人参・しめじ/調整豆乳・きな粉	ジョア・豆乳もち
14	水	牛乳 メロン	ごはん・豚みそ・レタス・ 具だくさん汁	豚肉・玉ねぎ・ごま/レタス/さつま揚げ・じゃがいも・人参・ えのきたけ・ねぎ	牛乳・お菓子
15	木	牛乳 バナナ	ごはん・ドライカレー・ フレンチサラダ・オレンジ	パセリ・バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・小麦粉・ 干しぶとう/レタス・きゅうり・トマト・ツナ缶詰/オレンジ	牛乳・お菓子
16	金	牛乳 オレンジ	パン・ポークチャップ・ レタスサラダ・バナナ	豚肉・玉ねぎ・しめじ・トマト/ハム・レタス・人参・コーン缶詰/ バナナ	牛乳・お菓子
17	土	お茶 オレンジ	炊き込みご飯・すまし汁	鶏肉・人参・しいたけ・しめじ・油揚げ/えのき・人参・わかめ・豆腐・ ねぎ	お茶・お菓子
19	月	牛乳 バナナ	ごはん・白身魚のから揚げ・ きゅうり・トマト・なすのみそ汁	メカジキ/きゅうり/トマト/なす・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ	お茶・お菓子
20	火	牛乳 オレンジ	きつねうどん・和風サラダ・ バナナ	油揚げ・鶏肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・ねぎ/じゃがいも・ひじき・ レタス・ごま油/バナナ/食パン・いちごジャム	牛乳・ジャムサンド
21	水	牛乳 バナナ	鮭の混ぜごはん・ねばねば和え・ 豆腐のすまし汁	鮭フレーク・青じそ/おくら・モロヘイヤ・えのきたけ・もやし・人参/ 豆腐・玉ねぎ・人参・ねぎ・ふ/枝豆	牛乳・ 枝豆塩ゆで
24	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・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
26	月	牛乳 オレンジ	ごはん・鶏肉と野菜の甘酢炒め・ 玉ねぎのすまし汁	鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・赤ピーマン・ズッキーニ/玉ねぎ・人参・ えのきたけ・油揚げ・ねぎ/とうもろこし	牛乳・ ゆでとうもろこし
27	火	牛乳 メロン	なすとトマトのスパゲティ・ キャベツスープ・バナナ	豚ひき肉・なす・玉ねぎ・トマト・ピーマン/ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・ 人参・ねぎ/バナナ	お茶・お菓子
28	水	牛乳 オレンジ	豚丼・さわやか和え・ とうがんのすまし汁	豚肉・人参・玉ねぎ・しらたき・ねぎ/キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布/ とうがん・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ・油揚げ	牛乳・お菓子
29	木	牛乳 オレンジ	ごはん・チンジャオロースー・ 中華スープ	豚肉・人参・ピーマン・たけのこ/玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しめじ/ マカロニ・きな粉	ジョア・ マカロニあべ川
30	金	牛乳 バナナ	ごはん・鶏肉のレモン揚げ・ きゅうり・トマト・夏野菜のみそ汁	鶏肉/きゅうり/トマト/なす・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・おくら	アイスクリーム
31	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・ クリームコーン・玉ねぎ	お茶・お菓子

