

# 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	土	お茶 オレンジ	ハヤシライス・コーンスープ	牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・グリーンピース・ハヤシルウ/ 玉ねぎ・人参・コーン缶詰・クリームコーン缶詰・パセリ	お茶・お菓子	
3	月	牛乳 バナナ	ごはん・魚の照り煮・ 具だくさん汁	カラスガレイ/じゃがいも・玉ねぎ・人参・しめじ・さつま揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子	
4	火	牛乳 オレンジ	ジャージャーうどん・バナナ・ キャベツのごま和え	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・たけのこ・ねぎ・ごま油/ キャベツ・人参・ツナ缶詰・ごま/バナナ/マカロニ・きな粉	ジョア・ マカロニあべ川	
5	水	牛乳 チーズ	パン・ポークビーンズ・ レタスサラダ	パン/豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・じゃがいも・しめじ・ピーマン・ トマト缶詰/ハム・レタス・きゅうり・人参/バナナ・みかん缶詰・もも缶詰	フルーツミックス	
6	木	牛乳 オレンジ	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/鶏ささ身肉・きゅうり・人参・ごま/ 豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子	
7	金	牛乳 バナナ	洋風ちらし寿司・スイカ・ お星さまスープ	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・オクラ/スイカ	アイスクリーム	
8	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	
10	月	牛乳 メロン	ごはん・煮魚(玉ねぎ)・ かぼちゃのみそ汁	カラスガレイ・玉ねぎ/かぼちゃ・人参・えのきたけ・ふ・ねぎ・油揚げ	牛乳・お菓子	
11	火	牛乳 オレンジ	和風スパゲティ・バナナ・ 玉ねぎのすまし汁	スパゲティ・ベーコン・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・バター・ウインナー/ 玉ねぎ・人参・小松菜・豆腐/バナナ	牛乳・お菓子	
12	水	牛乳 バナナ	パン・ラタトゥイユ・ ツナとキャベツのサラダ	パン/鶏肉・トマト・トマト缶詰・玉ねぎ・なす・ズッキーニ・赤ピーマン/ ツナ缶詰・キャベツ・人参・きゅうり/調整豆乳・きな粉	牛乳・豆乳もち	
13	木	牛乳 オレンジ	ごはん・ドライカレー・オレンジ・ フレンチサラダ	パセリ・バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・レーズン・小麦粉/ レタス・きゅうり・トマト・ハム/オレンジ	牛乳・お菓子	
14	金	牛乳 バナナ	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/ じゃがいも・人参・えのきたけ・さつま揚げ・ねぎ/ヨーグルト	ヨーグルト・お菓子	
15	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・ クリームコーン缶詰・玉ねぎ・パセリ	お茶・お菓子	
18	火	牛乳 バナナ	鶏肉うどん・小魚和え・ オレンジ	うどん・鶏肉・ふ・玉ねぎ・人参・しいたけ・小松菜・ねぎ/ ちりめんじゃこ・レタス・きゅうり・人参/オレンジ/とうもろこし	牛乳・ ゆでとうもろこし	
19	水	ヨーグルト	ごはん・マーボーなす・ 中華スープ	豚ひき肉・なす・玉ねぎ・人参・グリーンピース/ とうがんとチンゲン菜・人参・しいたけ	牛乳・お菓子	
20	木	牛乳 オレンジ	ホイコーロー丼・ えのきたけのすまし汁	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン/ えのきたけ・人参・玉ねぎ・油揚げ・ねぎ/じゃがいも	ジョア・ ポテトフライ	
21	金	牛乳 バナナ	ごはん・白身魚のカレー揚げ・ きゅうり・トマト・モロヘイヤのみそ汁	メカジキ/きゅうり/トマト/ モロヘイヤ・玉ねぎ・人参・油揚げ/プロセスチーズ	牛乳・チーズ・ お菓子	
22	土	お茶 オレンジ	スパゲティナポリタン・ コンソメスープ	スパゲティ・豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン/ 玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ	お茶・お菓子	
24	月	牛乳 メロン	ごはん・煮魚(ごぼう)・ じゃがたま汁	カラスガレイ・ごぼう/じゃがいも・玉ねぎ・人参・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子	
25	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・すいか	スパゲティ・豚ひき肉・なす・玉ねぎ・トマト・トマト缶詰・ピーマン/ ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・人参・ねぎ/スイカ	牛乳・お菓子	
26	水	牛乳 バナナ	ごはん・肉豆腐・拌三絲	豆腐・豚ひき肉・人参・ねぎ・ごま油/ ハム・キャベツ・きゅうり・人参・コーン缶詰・はるさめ	牛乳・お菓子	
27	木	牛乳 オレンジ	ごはん・ふのすまし汁・ とうがんと厚揚げの煮物	とうがんと厚揚げ・鶏肉・人参・玉ねぎ・オクラ/ ふ・玉ねぎ・人参・小松菜・しめじ	牛乳・お菓子	
28	金	牛乳 バナナ	ごはん・白身魚のフライ きゅうり・トマト・なすのみそ汁	メカジキ・小麦粉・パン粉/きゅうり/トマト/なす・玉ねぎ・人参・ えのきたけ・油揚げ・ねぎ/バナナ・みかん缶詰・もも缶詰・ヨーグルト	フルーツヨーグルト	
29	土	納 涼 会				
31	月	牛乳 バナナ	牛丼・夏野菜のみそ汁・メロン	牛肉・玉ねぎ・人参・ねぎ/ なす・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・オクラ・ふ/メロン	アイスクリーム	

※ 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。

