

# 2024年 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 果物	ごはん・魚の照り煮・具だくさん汁	カラスガレイ・しょうが/じゃがいも・玉ねぎ・人参・しめじ・さつま揚げ・ねぎ /バナナ・みかん缶・もも缶	フルーツミックス
2	火	牛乳 果物	ジャージャーうどん・ キャベツのごま和え・バナナ	うどん・豚ひき肉・しょうが・にんにく・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	牛乳・お菓子
3	水	牛乳 果物	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・ ケチャップ/ハム・レタス・きゅうり・人参/マカロニ・きな粉	ジョア・ マカロニあべ川
4	木	牛乳 果物	とうもろこしごはん・豆腐のみそ汁 鶏ささみのごま酢和え	コーン缶詰/豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・油揚げ・ねぎ/ささみ・ きゅうり・人参・ごま	牛乳・お菓子
5	金	牛乳 果物	サラダ寿司・お星さまスープ・ すいか	ハム・きゅうり・レタス・ツナ缶詰・コーン缶詰・ごま/ベーコン・玉ねぎ・ 人参・キャベツ・はるさめ・オクラ/すいか	アイスクリーム
6	土	お茶 果物	チキンライス・コーンスープ・ オレンジ	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/オレンジ	お茶・お菓子
8	月	牛乳 果物	ごはん・煮魚(玉ねぎ)・ かぼちゃのみそ汁	カラスガレイ・しょうが・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
9	火	牛乳 果物	和風スパゲティ・ 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/じゃがいも	牛乳・ポテトフライ
10	水	牛乳 果物	パン・ラトウイユ・ ツナとキャベツのサラダ	パン/鶏肉・にんにく・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	牛乳・お菓子
11	木	牛乳 果物	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	牛乳・お菓子
12	金	牛乳 果物	ごはん・ドライカレー・フレンチサラダ バナナ	パセリ・バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干しぶどう・小麦粉・ カレー粉・ソース・ケチャップ/レタス・きゅうり・トマト・ハム/バナナ	ヨーグルト・お菓子
13	土	お茶 果物	スパゲティナポリタン・ コンソメスープ・オレンジ	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/オレンジ	お茶・お菓子
16	火	牛乳 果物	マーボーなす丼・中華スープ	豚ひき肉・しょうが・なす・玉ねぎ・人参・ねぎ/チンゲン菜・人参・しめじ ・キャベツ/白蒸し粉・甘納豆	牛乳・白蒸しパン
17	水	牛乳 果物	五目うどん・小魚和え・バナナ	うどん・鶏肉・玉ねぎ・えのきたけ・人参・ふ・チンゲン菜/しらす干し・レタス ・きゅうり・人参/バナナ	牛乳・お菓子
18	木	牛乳 果物	ごはん・チンジャオロースー・ 豆腐スープ	豚肉・しょうが・にんにく・人参・ピーマン・たけのこ/豆腐・はるさめ・玉ねぎ ・チンゲン菜/とうもろこし	牛乳 ゆでとうもろこし
19	金	牛乳 果物	ごはん・白身魚のフライ・きゅうり・ トマト・なすのみそ汁	カラスガレイ・小麦粉・パン粉・ソース/きゅうり/トマト/なす・玉ねぎ・人参・ えのきたけ・油揚げ・ねぎ	牛乳・チーズ・ お菓子
20	土	お茶 果物	カレーライス・コーンスープ・ オレンジ	豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・カレールー/ 玉ねぎ・人参・コーン缶詰・クリームコーン缶詰・パセリ/オレンジ	お茶・お菓子
22	月	牛乳 果物	ごはん・煮魚(ごぼう) じゃがたま汁	カラスガレイ・しょうが・ごぼう/じゃがいも・玉ねぎ・人参・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子
23	火	牛乳 果物	なすとトマトのスパゲティ・ キャベツスープ・バナナ	スパゲティ・豚ひき肉・なす・玉ねぎ・トマト・ピーマン・ケチャップ/ベーコン・ キャベツ・玉ねぎ・人参・ねぎ/バナナ/豆乳・でんぷん・きな粉	ジョア・豆乳もち
24	水	牛乳 果物	ごはん・とうがんと厚揚げの煮物 切干大根のサラダ	とうがん・厚揚げ・鶏肉・人参・玉ねぎ・オクラ/切干大根・人参・キャベツ・ きゅうり・ツナ缶詰・ごま・ごま油	牛乳・お菓子
25	木	牛乳 果物	ごはん・肉豆腐・拌三絲	豆腐・豚ひき肉・人参・ねぎ・しょうが・にんにく・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
26	金	牛乳 果物	牛丼・夏野菜のみそ汁・すいか	牛肉・玉ねぎ・人参・ねぎ・ふ/なす・かぼちゃ・人参・えのきたけ・油揚げ ・オクラ/すいか/バナナ・みかん缶・もも缶・ヨーグルト	フルーツヨーグルト
27	土	お茶 果物	夏のつどい		
29	月	牛乳 果物	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・人参・玉ねぎ・油揚げ ・ねぎ	牛乳・お菓子
30	火	牛乳 果物	きつねうどん・さわやか和え・ バナナ	うどん・油揚げ・鶏肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・小松菜/キャベツ・きゅうり・ 人参・塩昆布/バナナ	牛乳・ミニフィッシュ・ お菓子
31	水	牛乳 果物	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・しょうが・カレー粉/きゅうり/トマト/モロヘイヤ・玉ねぎ・人参・ 油揚げ	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。

