

令和6年度7月の献立

月	火	水	木	金	土						
1 鶏の香味焼き (鶏肉 ニンニク ネギ) 小松菜とエノキの和え物 (小松菜 エノキ 人参) 味噌汁 (玉ねぎ 人参 お麩)	2 豚肉とナスの味噌炒め (豚肉 ナス 玉ねぎ) 和風サラダ (キャベツ きゅうり 人参) コンソメスープ (大根 人参 小松菜)	3 魚のパン粉焼き (未:白身魚 以:アジ) じゃこわかめの酢の物 (じゃこ 人参 わかめ きゅうり) 味噌汁 (キャベツ 人参 玉ねぎ)	4 ポークソテー (豚肉) マカロニサラダ (マカロニ ハム 人参 きゅうり) 中華スープ (玉ねぎ 人参 しめじ)	5 親子丼 (鶏肉 卵 玉ねぎ) 味噌汁 (玉ねぎ 人参 豆腐)	6 きつねうどん (油揚げ 玉ねぎ 人参) りんご						
10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム (手)マーブルケーキ	10時 牛乳 キウイ	3時 牛乳/スキム 甘夏/ブチマシユマル	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム (手)ビスケット	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム バナナ/マーブルかりんとう	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム (手)黒糖蒸しパン	10時 牛乳 キウイ	3時 牛乳/お茶 お菓子/果物
8 ハンバーグ (豚ミンチ 玉ねぎ 人参) 中華サラダ (もやし きゅうり ハム) 味噌汁 (なす 人参 玉ねぎ)	9 唐揚げ (鶏肉 生姜 にんにく) キャベツとちくわの和え物 (キャベツ ちくわ 人参) すまし汁 (小松菜 玉ねぎ かまぼこ)	10 魚の味噌煮 (未:白身魚 以:サバ) ほうれん草のごま和え (ほうれん草 人参 ごま) たまごスープ (卵 玉ねぎ 人参)	11 豚のしゃぶしゃぶ (豚肉 キャベツ きゅうり トマト) 春雨サラダ (春雨 ハム きゅうり) 味噌汁 (厚揚げ 玉ねぎ 人参)	12 ひき肉カレー (豚ミンチ 玉ねぎ 人参) フレンチサラダ (キャベツ 人参 ハム)	13 ほと組日帰り保育 和風パスタ (ベーコン しめじ ほうれん草) バナナ						
10時 牛乳 バナナ	3時 牛乳/スキム (手)フルーツゼリー	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム キウイ/花せんべい	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム (手)人参ケーキ	10時 牛乳 みかん缶	3時 お茶 スイカ	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム (手)サブレ	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/お茶 お菓子/果物
15 海の日 	16 鶏のコーン焼き (鶏肉 コーン 玉ねぎ) オクラのおかか和え (オクラ きゅうり 人参) わかめスープ (わかめ 人参 もやし)	17 擬製豆腐 (鶏ミンチ 人参 玉ねぎ) トマトサラダ (トマト きゅうり じゃこ) 味噌汁 (大根 人参 玉ねぎ)	18 つくね焼き (豚ミンチ 玉ねぎ 人参) 納豆和え (納豆 人参 きゅうり) コンソメスープ (玉ねぎ 人参 えのき)	19 豚丼 (豚肉 白ねぎ 玉ねぎ) 味噌汁 (玉ねぎ 人参 小松菜)	20 五目ビーフン (豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ) バナナ						
10時 牛乳 みかん缶	3時 お茶 スイカ	10時 牛乳 キウイ	3時 牛乳/スキム (手)ココアスノーボール	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム バナナ/レモンラムネ	10時 牛乳 みかん缶	3時 お茶 (手)フレンチトースト	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/お茶 お菓子/果物	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/お茶 お菓子/果物
22 鶏の照り焼き (鶏肉) シーザーサラダ (レタス 人参 ハム) 味噌汁 (豆腐 キャベツ 人参)	23 回鍋肉 (豚肉 玉ねぎ キャベツ) もやしのナムル (もやし 人参 わかめ) 中華スープ (玉ねぎ 人参 小松菜)	24 魚のピカタ (未:白身魚 以:アジ) ひじきの和風サラダ (ひじき きゅうり コーン) 味噌汁 (油揚げ 玉ねぎ 人参)	25 お誕生日会 	26 ポークシチュー (豚肉 玉ねぎ 人参) チョレギサラダ (レタス きゅうり 人参)	27 醤油ラーメン (焼き豚 玉ねぎ 人参) りんご						
10時 牛乳 キウイ	3時 牛乳/スキム (手)チーズケーキ	10時 牛乳 みかん缶	3時 お茶 かき氷	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム (手)スコーン	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム バナナ/クラッカー	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム (手)セサミクッキー	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/お茶 お菓子/果物
29 鶏の甘酢あんかけ (鶏肉 ピーマン 玉ねぎ) はんぺんサラダ (はんぺん 人参 キャベツ) 味噌汁 (かぼちゃ 玉ねぎ しめじ)	30 パンの日 マカロニグラタン (鶏肉 人参 玉ねぎ) コーンサラダ (コーン 人参 きゅうり) コンソメスープ (小松菜 人参 玉ねぎ)	31 シュンユイ (未:白身魚 以:サバ) かにかま炒め (かにかま キャベツ ピーマン) 味噌汁 (白菜 人参 玉ねぎ)	 ＜お誕生日会＞ かやくご飯 天ぷら(とり、さつま芋、ちくわ) コールスロー そうめん汁 果物								
10時 牛乳 キウイ	3時 牛乳/スキム (手)マドレーヌ	10時 牛乳 みかん缶	3時 お茶 かき氷	10時 牛乳 みかん缶	3時 牛乳/スキム (手)バナナケーキ						