

日 曜	時間帯	献立	材 料 名		
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの
01 木	14 水	朝食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 ブルコギ風 大根のかにあん バインムース	米 ごま 片栗粉、砂糖	みそ 豚肉 かにかま	白菜、きぬさや もやし、玉ねぎ、人参、ピーマン 大根、人参、枝豆、葉ねぎ バイン缶
		午後おやつ 牛乳 蒸しケーキ(いちご)	蒸しケーキ(いちご)	牛乳 牛乳	
02 金		朝食 御飯(軟飯・お粥) すまし汁 オムレツ 切干大根と里芋の旨煮 みかん缶	米 焼ふ 里芋、砂糖	オムレツ 鶏肉、油揚げ	ほうれんそう 人参、切り干し大根、いんげん みかん缶
		午後おやつ 牛乳 メロンムース		牛乳 メロンムース	
05 月	16 金	朝食 御飯(軟飯・お粥) とうがんとスープ 豆腐の豚肉あんかけ きゅうりとコーンのサラダ ももムース	米 ごま 砂糖	豚肉、豆腐 魚肉ソーセージ	冬瓜、人参、しいたけ 玉ねぎ きゅうり、コーン、人参 もも缶
		午後おやつ 牛乳 クッキー	小麦粉、砂糖	牛乳 無塩バター、卵	
06 火	19 月	朝食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁(あさりだし) 白身魚の照り焼き ひじきの煮物 みかん缶	米 砂糖、油	みそ、あさりだし たら 豚肉、さつま揚げ、油揚げ、ひじき	玉ねぎ、人参、あさつき 人参、絹さや みかん缶
		午後おやつ 牛乳 マカロニきな粉	マカロニ、砂糖	牛乳 きな粉	
07 水	☆ 七夕 給食 ☆	朝食 七夕そうめん 星のコロッケ(ブロッコリー添え) キャベツとちくわの和え物 フルーツヨーグルト	そうめん コロッケ、砂糖 ごま、砂糖 砂糖	卵、ハム ちくわ ヨーグルト	ほうれん草、人参 ブロッコリー キャベツ、人参 バナナ、みかん缶
		午後おやつ 牛乳 七夕ゼリー		牛乳 七夕ゼリー	
08 木	26 月	朝食 ふりかけごはん(軟飯・お粥) みそ汁 厚揚げの中華煮 ポテトサラダ フルーツカクテルムース	米 お麩 ごま油、片栗粉、砂糖 じゃが芋、マヨネーズ	おかかふりかけ みそ 生揚げ、豚肉 ツナ	キャベツ ねぎ、玉ねぎ、ピーマン、人参、しいたけ、にんにく、しょうが きゅうり、人参 フルーツカクテル缶
		午後おやつ 飲むヨーグルト カスタードワッフル	カスタードワッフル	飲むヨーグルト 牛乳	
09 金	20 火	朝食 パン粥・御飯(軟飯・お粥) スープ 鶏肉のカレー焼き風 キャベツとほうれん草の磯和え バナナ	ロールパン・米 はるさめ	牛乳 鶏肉 ハム、のり	にんじん ミニトマト、にんにく キャベツ、ほうれん草、えのき、コーン バナナ
		午後おやつ 牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳	
12 月	29 木	朝食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 魚の甘酢あんかけ ブロッコリーとトマトのごま和え みかん缶	米 砂糖、片栗粉 ごま	みそ、油揚げ たら	玉ねぎ、大根 玉ねぎ、人参、しいたけ、しょうが、にんにく ブロッコリー、ミニトマト、きゅうり、コーン みかん缶
		午後おやつ 牛乳 アスパラビスケット(BABY)	アスパラビスケット	牛乳	
13 火	30 金	朝食 焼うどん コンスープ さつま芋のサラダ 青りんごゼリー	うどん さつま芋、マヨネーズ	豚肉、かつお節 ハム 青りんごゼリーの素	キャベツ、もやし、ねぎ、人参、しいたけ コーン、玉ねぎ きゅうり、人参
		午後おやつ 牛乳 たまごパン	たまごパン	牛乳 牛乳	
15 木	27 火	朝食 パン粥・御飯(軟飯・お粥) ポトフ マカロニサラダ キウイフルーツ	まるパン・米 じゃが芋 マカロニ、マヨネーズ	牛乳 ウインナーソーセージ ハム	玉ねぎ、キャベツ、人参 きゅうり、人参 キウイフルーツ
		午後おやつ 牛乳 蒸しパン(バナナ)	蒸しパン(バナナ)	牛乳 牛乳	
21 水	☆ 海 の日 給食 ☆	朝食 カレーライス(軟飯・お粥) みそ汁 かにさんウインナー コロコロサラダ バインムース	米、じゃが芋、油、カレールウ マヨネーズ	豚挽肉 みそ ウインナーソーセージ	玉ねぎ、人参、しょうが 人参、白菜、ねぎ ごぼう、枝豆、人参、コーン ベビーバイン
		午後おやつ 牛乳 すいかゼリー		牛乳 すいかゼリー	
28 水	☆ お誕生 日 給食 ☆	朝食 御飯(軟飯・お粥) マカロニスー えびフライ(トマト添え) ほうれん草のごま和え やわらかいちごプリン	米 マカロニ すりごま	えびフライ ハム 牛乳、プリンの素	玉ねぎ、人参 トマト ほうれん草、人参、コーン
		午後おやつ 牛乳 ケーキ	砂糖、小麦粉、アザラン	卵、無塩バター、生クリーム	

※おやつ 7月22日(木) アンパンマンビスケット 7月23日(金) たべっ子どうぶつ 7月31日(土) たまごボーロ
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。