



* 7月分献立表

*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります
*このほかに0・1歳児は午前中に朝おやつがあります

日	曜	主食	副食	おやつ	主な材料
1	15	火	かけうどん	◇ホットケーキ 麦茶	乾麺・鶏肉・玉葱・人参・いんげん・揚げ玉・かつお節・笹かま・カレー粉・きゅうり・梅酢・ヨーグルト・ホットケーキミックス・豆乳・バター・メープルシロップ・麦茶
2	23	水	◆◇ バターロール	納豆のお好み焼き ◇牛乳	バターロール・卵・じゃが芋・アスパラ・ウィンナー・チーズ・トマト・牛乳・キャベツ・レタス・わかめ・まぐろ水煮缶・コーン缶・ごま油・ベーコン・玉葱・人参・えのき・薄力粉・ひきわり納豆・桜えび・青のり・中濃ソース・牛乳
3	17	木	ご飯	ポップコーン ◇牛乳	米・豚肉・しめじ・茄子・人参・長葱・ごま油・オイスターソース・ごま・きゅうり・木綿豆腐・わかめ・レタス・シラス・もやし・ベーコン・万能葱・卵・ポップコーン素(豆)・牛乳
4		金	納豆レタス チャーハン	◇紅茶スコーン 麦茶	米・納豆・レタス・コーン缶・玉葱・豚肉・いんげん・生姜・大根・きゅうり・わかめ・まぐろ水煮缶・人参・ごぼう・長葱・薄力粉・ベーキングパウダー・バター・牛乳・紅茶・麦茶
5	19	土	ご飯	シンプルクッキー 麦茶	米・わかめ・ごま・高野豆腐・豚肉・長葱・干椎茸・人参・生姜・ごま油・片栗粉・もやし・大根・シラス・大葉・ゆかり・長芋・鶏肉・玉葱・白ワイン・薄力粉・豆乳・麦茶
7	31	月 木	そうめん	そぼろボール 麦茶	素麺・鶏肉・人参・オクラ・さつま芋・薄力粉・サラダ菜・春雨・キャベツ・ロースハム・ごま油・とうもろこし・米・鶏肉・生姜・焼きのり・麦茶
8	22	火	◇食パン	くだもの ◇ヨーグルト 麦茶	食パン・かぼちゃ・豚肉・玉葱・マカロニ・パン粉・チーズ・レタス・ベーコン・トマト・アボカド・キャベツ・椎茸・人参・ごま油・すいか・ヨーグルト・麦茶
9	30	水	ご飯	◇ブルーベリーのトライフル 紅茶	米・豚肉・生姜・ニラ・もやし・キャベツ・きゅうり・人参・かつお節・切りのり・油揚げ・じゃが芋・玉葱・ホットケーキミックス・豆乳・動物性生クリーム・ブルーベリー・紅茶
10	24	木	焼きとうのアー リオオーリオ	10日★◇◆カタラーナ オレンジジュース 24日☆かんぴょうごはん 麦茶	スパゲティ・人参・ベーコン・玉葱・とうもろこし・かいわれ大根・にんにく・白ワイン・レタス・まぐろ水煮缶・トマト・きゅうり・コーン缶・じゃが芋・豚肉・いんげん・カレールウ・メロン・10日(動物性生クリーム・レモン・卵・グラニュー糖・オレンジジュース) 24日(米・かんぴょう・すし酢・麦茶)
11	25	金	ご飯	◎◇りんごジャムサンド おからチップ ◇牛乳	米・鱈・西京みそ・もやし・きゅうり・わかめ・かつお節・生姜・大根・油揚げ・人参・玉葱・りんごジャムサンド・おからチップ・牛乳
12	26	土	ご飯	ミックスキャロット ゆでとうもろこし くだもの	米・豚肉・にんにく・甜面醬・じゃが芋・長葱・いんげん・ごま・ごま油・もやし・人参・きゅうり・絹豆腐・玉葱・わかめ・かいわれ大根・ミックスキャロット・とうもろこし・すいか
14	28	月	ご飯	お麩スナック ◇牛乳	米・木綿豆腐・豚肉・にんにく・長葱・人参・たけのこ・生椎茸・赤だしみそ・甜面醬・片栗粉・ごま油・わかめ・もやし・きゅうり・シラス・生姜・ワンタン・玉葱・ニラ・鶏肉・オイスターソース・お麩・メープルシロップ・きな粉・牛乳
16	29	水	野菜カレー	黒糖寒天 麦茶	米・豚肉・かぼちゃ・ズッキーニ・エリンギ・茄子・人参・カレールウ・ヨーグルト・バナナ・レーズン・鶏肉・マカロニ・玉葱・キャベツ・にんにく・寒天・黒砂糖・きな粉・麦茶
18		金	ひつまぶし	とうふカップケーキ ◇牛乳	米・うなぎ・切りのり・牛肉・かぼちゃ・玉葱・こんにゃく・小松菜・人参・もやし・きゅうり・えのき・ロースハム・梅干・なめこ・絹豆腐・かいわれ大根・ホットケーキミックス・レーズン・ごま・豆乳・牛乳

代替え食(アレルギー等) 献立名に下線がしてあるものは除去対象の食品を使用する予定のものです。

代替えもしくは除去の対応を行ないます。◆=卵・卵等使用 ◎=種実類使用 ◇=乳・乳製品使用

★世界 『カタラーナ』スペイン
☆郷土 『かんぴょうごはん』栃木県

今月の栄養価平均(3歳以上児) エネルギー517cal たんぱく質20.0g 脂質17.0g 塩分1.8g