

日/曜日	献立名	材料名	おやつ	材料名	Kcal
7 / 1 (水)	●鮭のチーズ焼き ●じゃが芋とツナのサラダ ●野菜スープ ごはん(以上児)	紅鮭/マヨネーズ(おやつ)/プロセスチーズ/食塩 ◆じゃがいも/キャベツ/人参/スイートコーン/ツナ/ブ ロccoli/マヨネーズ/ドレッシング◆キャベツ/人参/緑豆も やし/ほうれん草/大根/濃縮スープ/食塩/胡 椒/濃口醤油◆精白米	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳◆薄力粉/上白糖/豆乳/ﾊﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾞｳﾀﾞｰ( おやつ)/ｺｺｱ	565.0
7 / 2 (木)	豚肉と厚揚げの甘味噌煮 すまし汁12-⑥ ごはん(以上児)	豚肩もも肉/厚揚げ/玉葱/根深ねぎ/青ねぎ/ 米みそ 赤みそ/米みそ 合わせみそ/合成清 酒/上白糖/本みりん◆緑豆もやし/人参/大根 /チンゲンサイ/かつこんみ/いりこ/薄口醤油◆精 白米	牛乳 マカロニのあべかわ	牛乳◆マカロニ 乾(おやつ)/きな粉(おやつ )/砂糖(おやつ)/食塩(おやつ)	604.0
7 / 3 (金)	酢鶏風炒め ・中華スープ ごはん(以上児)	鶏もも肉/しょうが/濃口醤油/コーンスター チ/調合油/玉葱/人参/チンゲンサイ/緑豆もやし/ ぶなしめじ/上白糖/濃口醤油/米酢/トマトケチャ ップ/濃縮スープ/コーンスターチ◆玉葱/えの きたけ/人参/青ねぎ/緑豆もやし/濃縮スープ /ごま油/濃口醤油/食塩◆精白米	黄桃ヨーグルト	無糖ヨーグルト/上白糖/桃 缶詰 果肉	405.0
7 / 4 (土)	豚肉のしぐれ井(以上児) 味噌汁(土)-2	精白米/豚肩もも肉/人参/えのきたけ/玉葱/ 三度豆/濃口醤油/上白糖/かつこんみ/清酒/ 調合油◆木綿豆腐/カットわかめ/緑豆もやし/ほ うれん草/かつこんみ/いりこ/米みそ 合わ せみそ	牛乳 ぼんち揚げ ミニゼリー(2個)	牛乳◆ぼんち揚げ◆ミニゼリー	544.1
7 / 6 (月)	鯖の塩焼き 高野豆腐のそぼろ煮 ○すまし汁1-④ ごはん(以上児)	鯖/食塩/大根/濃口醤油◆凍り豆腐/鶏挽肉/ 人参/ぶなしめじ/玉葱/三度豆/調合油/上白 糖/濃口醤油/かつこんみ/コーンスターチ◆ 木綿豆腐/キャベツ 結球菜、生/えのきたけ /人参/ほうれん草/かつこんみ/薄口醤油◆精 白米	牛乳 パインケーキ	牛乳◆薄力粉/調整豆乳/ﾊﾞｲﾝｱｯﾌﾟﾙ缶詰/上白 糖/調合油/ﾊﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾞｳﾀﾞｰ(おやつ)	550.8
7 / 7 (火)	豆腐の五目あんかけ ●味噌汁(大根) ごはん(以上児)	木綿豆腐/豚肩もも肉/むきえび冷凍/人参/玉 葱/三度豆/ぶなしめじ/調合油/上白糖/濃口 醤油/合成清酒/食塩/胡椒/片栗粉◆大根/人 参/油揚げ/わかめ/えのきたけ/ほうれん草/ かつこんみ/いりこ/米みそ 合わせみそ◆精 白米	牛乳 杏仁豆腐	牛乳◆普通牛乳(おやつ)/寒天(おやつ) /砂糖(おやつ)/温州みかん缶詰	479.7
7 / 8 (水)	●豚肉の焼肉風 春雨スープ ごはん(以上児)	豚肩もも肉/しょうが/玉葱/人参/緑豆もやし/ 青ねぎ/キャベツ/上白糖/濃口醤油/焼肉のたれ /調合油◆春雨/人参/緑豆もやし/玉葱/青ね ぎ/濃縮スープ/薄口醤油/食塩◆精白米	牛乳 ●りんごゼリー	牛乳◆りんごストリートジュース/寒天(おやつ)/上 白糖	420.4
7 / 9 (木)	●とりじゃが ●味噌汁(ふ) ごはん(以上児)	鶏もも肉/じゃがいも/玉葱/しらたき/人参/ グリーンピース/上白糖/濃口醤油/かつこんみ/合成 清酒/調合油◆麩/チンゲンサイ/うす揚げ/緑豆も やし/人参/かつこんみ/いりこ/米みそ 合わ せみそ◆精白米	牛乳 ミートトースト	牛乳◆食パン/ミートソース	536.2
7 / 10 (金)	鶏肉のケチャップ焼き ○キャベツとわかめのサラダ ○しめじのスープ ごはん(以上児)	鶏もも肉/トマトケチャップ/ウスターソース/上白糖/カレー ◆キャベツ/人参/緑豆もやし/カットわかめ/ドレッシ ング/胡椒/食塩◆ぶなしめじ/玉葱/ほうれん草 /人参/濃縮スープ/薄口醤油◆精白米	牛乳 かぼちゃ豆乳プリン	牛乳◆調整豆乳/南瓜(冷凍おやつ)/上白糖 /ﾊﾞﾆｱﾚｯｴｯｴﾝｽ/豚ゼラチン/ﾏｰﾌﾞﾙｼｯﾌﾟ	501.6
7 / 11 (土)	豚肉のしぐれ井(以上児) 味噌汁(土)-2	精白米/豚肩もも肉/人参/えのきたけ/玉葱/ 三度豆/濃口醤油/上白糖/かつこんみ/清酒/ 調合油◆木綿豆腐/カットわかめ/緑豆もやし/ほ うれん草/かつこんみ/いりこ/米みそ 合わ せみそ	牛乳 ぼんち揚げ ミニゼリー(2個)	牛乳◆ぼんち揚げ◆ミニゼリー	544.1
7 / 13 (月)	●豚肉とかんぴょうの炒め煮 味噌汁(豆腐) ごはん(以上児)	豚肩もも肉/人参/かんぴょう/ぶなしめじ/大 根/ほうれん草/青ねぎ/調合油/上白糖/濃口 醤油/かつこんみ◆木綿豆腐/キャベツ/緑豆もや し/青ねぎ/人参/かつこんみ/いりこ/昆布だ し/米みそ 合わせみそ◆精白米	牛乳 水ようかん	牛乳◆こしあん/寒天(おやつ)/砂糖(おや つ)/食塩	482.9
7 / 14 (火)	●カレーシチュー ☆野菜サラダ ごはん(以上児)	豚肩もも肉/玉葱/人参/じゃがいも/グリーンピー ス/にんにく/しょうが/調合油/カレーウ/トマトケチャ ップ/ウスターソース/食塩/胡椒◆ブロッコリー/人参/緑 豆もやし/キャベツ/スイートコーン/カットわかめ/ドレッシ ング/薄口醤油◆精白米	野菜ジュース ゆかりおにぎり(以上児)	野菜ジュース◆精白米/ゆかり	619.7
7 / 15 (水)	●鮭のチーズ焼き ●じゃが芋とツナのサラダ ●野菜スープ ごはん(以上児)	紅鮭/マヨネーズ(おやつ)/プロセスチーズ/食塩 ◆じゃがいも/キャベツ/人参/スイートコーン/ツナ/ブ ロccoli/マヨネーズ/ドレッシング◆キャベツ/人参/緑豆も やし/ほうれん草/大根/濃縮スープ/食塩/胡 椒/濃口醤油◆精白米	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳◆薄力粉/上白糖/豆乳/ﾊﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾞｳﾀﾞｰ( おやつ)/ｺｺｱ	565.0

日/曜日	献立名	材料名	おやつ	材料名	Kcal
7 / 16 (木)	豚肉と厚揚げの甘味噌煮 すまし汁12-⑥ ごはん(以上児)	豚肩もも肉/厚揚げ/玉葱/根深ねぎ/青ねぎ/ 米みそ 赤みそ/米みそ 合わせみそ/合成清 酒/上白糖/本みりん◆緑豆もやし/人参/大根 /チンゲンサイ/かつこんみ/いりこ/薄口醤油◆精 白米	牛乳 マカロニのあべかわ	牛乳◆マカロニ 乾(おやつ)/きな粉(おやつ )/砂糖(おやつ)/食塩(おやつ)	604.0
7 / 17 (金)	酢鶏風炒め ・中華スープ ごはん(以上児)	鶏もも肉/しょうが/濃口醤油/コーンスター チ/調合油/玉葱/人参/チンゲンサイ/緑豆もやし/ ぶなしめじ/上白糖/濃口醤油/米酢/トマトケチャ ップ/濃縮スープ/コーンスターチ◆玉葱/えの きたけ/人参/青ねぎ/緑豆もやし/濃縮スープ /ごま油/濃口醤油/食塩◆精白米	黄桃ヨーグルト	無糖ヨーグルト/上白糖/桃 缶詰 果肉	405.0
7 / 18 (土)	ビーフンの焼きそば風 味噌汁(土) バナナ	ビーフン/玉葱/豚肩もも肉/人参/キャベツ/緑豆 もやし/焼きそばソース◆木綿豆腐/人参/緑 豆もやし/ほうれん草/かつこんみ/いりこ/米 みそ 合わせみそ◆バナナ	牛乳 ぱりんこ ラムネ	牛乳◆ぱりんこ◆錠菓	293.0
7 / 20 (月)	鯖の塩焼き 高野豆腐のそぼろ煮 ○すまし汁1-④ ごはん(以上児)	鯖/食塩/大根/濃口醤油◆凍り豆腐/鶏挽肉/ 人参/ぶなしめじ/玉葱/三度豆/調合油/上白 糖/濃口醤油/かつこんみ/コーンスターチ◆ 木綿豆腐/キャベツ 結球葉、生/えのきたけ /人参/ほうれん草/かつこんみ/薄口醤油◆精 白米	牛乳 パンケーキ	牛乳◆薄力粉/調整豆乳/バインアップル缶詰/上白 糖/調合油/ヘーキングパウダー(おやつ)	550.8
7 / 21 (火)	豆腐の五目あんかけ ●味噌汁(大根) ごはん(以上児)	木綿豆腐/豚肩もも肉/むきえび冷凍/人参/玉 葱/三度豆/ぶなしめじ/調合油/上白糖/濃口 醤油/合成清酒/食塩/胡椒/片栗粉◆大根/人 参/油揚げ/わかめ/えのきたけ/ほうれん草/ かつこんみ/いりこ/米みそ 合わせみそ◆精 白米	牛乳 杏仁豆腐	牛乳◆普通牛乳(おやつ)/寒天(おやつ) /砂糖(おやつ)/温州みかん缶詰	479.7
7 / 22 (水)	●豚肉の焼肉風 春雨スープ ごはん(以上児)	豚肩もも肉/しょうが/玉葱/人参/緑豆もやし /青ねぎ/キャベツ/上白糖/濃口醤油/焼肉のたれ /調合油◆春雨/人参/緑豆もやし/玉葱/青ね ぎ/濃縮スープ/薄口醤油/食塩◆精白米	牛乳 ●りんごゼリー	牛乳◆りんごストレートジュース/寒天(おやつ)/上 白糖	420.4
7 / 25 (土)	ビーフンの焼きそば風 味噌汁(土) バナナ	ビーフン/玉葱/豚肩もも肉/人参/キャベツ/緑豆 もやし/焼きそばソース◆木綿豆腐/人参/緑 豆もやし/ほうれん草/かつこんみ/いりこ/米 みそ 合わせみそ◆バナナ	牛乳 ぱりんこ ラムネ	牛乳◆ぱりんこ◆錠菓	293.0
7 / 27 (月)	●豚肉とかんぴょうの炒め煮 味噌汁(豆腐) ごはん(以上児)	豚肩もも肉/人参/かんぴょう/ぶなしめじ/大 根/ほうれん草/青ねぎ/調合油/上白糖/濃口 醤油/かつこんみ◆木綿豆腐/キャベツ/緑豆も やし/青ねぎ/人参/かつこんみ/いりこ/昆布だ し/米みそ 合わせみそ◆精白米	牛乳 水ようかん	牛乳◆こしあん/寒天(おやつ)/砂糖(おや つ)/食塩	482.9
7 / 28 (火)	●カレーシチュー ☆野菜サラダ ごはん(以上児)	豚肩もも肉/玉葱/人参/じゃがいも/グリーン ピース/にんじく/しょうが/調合油/カレー/トマトケチャ ップ/ウスターソース/食塩/胡椒◆プロロー/人参/緑 豆もやし/キャベツ/スイートコーン/カットわかめ/ドレッシング/ 薄口醤油◆精白米	野菜ジュース ゆかりおにぎり(以上児)	野菜ジュース◆精白米/ゆかり	619.7
7 / 29 (水)	●鮭のチーズ焼き ●じゃが芋とツナのサラダ ●野菜スープ ごはん(以上児)	紅鮭/マヨネーズ(おやつ)/プロセスチーズ/食塩 ◆じゃがいも/キャベツ/人参/スイートコーン/ツナ/ブ ロccoli/マヨネーズ/ドレッシング◆キャベツ/人参/緑豆も やし/ほうれん草/大根/濃縮スープ/食塩/胡 椒/濃口醤油◆精白米	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳◆薄力粉/上白糖/豆乳/ヘーキングパウダー( おやつ)/ココア	565.0
7 / 30 (木)	豚肉と厚揚げの甘味噌煮 すまし汁12-⑥ ごはん(以上児)	豚肩もも肉/厚揚げ/玉葱/根深ねぎ/青ねぎ/ 米みそ 赤みそ/米みそ 合わせみそ/合成清 酒/上白糖/本みりん◆緑豆もやし/人参/大根 /チンゲンサイ/かつこんみ/いりこ/薄口醤油◆精 白米	牛乳 マカロニのあべかわ	牛乳◆マカロニ 乾(おやつ)/きな粉(おやつ )/砂糖(おやつ)/食塩(おやつ)	604.0
7 / 31 (金)	酢鶏風炒め ・中華スープ ごはん(以上児)	鶏もも肉/しょうが/濃口醤油/コーンスター チ/調合油/玉葱/人参/チンゲンサイ/緑豆もやし/ ぶなしめじ/上白糖/濃口醤油/米酢/トマトケチャ ップ/濃縮スープ/コーンスターチ◆玉葱/えの きたけ/人参/青ねぎ/緑豆もやし/濃縮スープ /ごま油/濃口醤油/食塩◆精白米	黄桃ヨーグルト	無糖ヨーグルト/上白糖/桃 缶詰 果肉	405.0