

< 保育献立 >

7月 対象		午前おやつ 0、1、2歳児	主 菜 全 員	副 菜 全 員	スープ 全 員	主 食 全 員	デザート 全 員	主な離乳食 0歳児	午後おやつ 全員・放課後	夕方おやつ 延長保育児	7月 対象
1	火	牛乳 リッツ	シイラのマヨパン粉焼き	ごぼうと昆布の煮物	ポテトスープ	ごはん	パイナップル	白身魚	牛乳 サツマイモ蒸しパン	牛乳 味しらべ	1 火
2	水	牛乳 白い風船	炒り鶏	野菜胡麻マヨ	なめこの味噌汁	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 カントリーマーム	2 水
3	木	牛乳 ハーベスト	南瓜コロッケ	マカロニサラダ	肉団子スープ	ごはん	すいか	白身魚	牛乳 ミニパン	牛乳 ぼたぼた焼き	3 木
4	金	牛乳 アンパンマンビスケット	鶏肉のチリソース	じゃが芋のチーズ煮	もやしの味噌汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	リンゴジュース のり塩パン	牛乳 マリービスケット	4 金
5	土	牛乳 動物ビスケット	ミートソーススパゲッティ		豆乳スープ		みかん缶	白身魚	牛乳 ミニたい焼き	(牛乳 おかし)	5 土
6	日										6 日
7	月	牛乳 きなこせんべい	そぼろちらし	カニカマサラダ	七タそうめん汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	七タゼリー 星食べよう	牛乳 源氏パイ	7 月
8	火	牛乳 マンナウエハース	ハンバーガー	スパゲッティサラダ	かきたま汁	パン	りんご	鶏ミンチ	アイス ムーンライト	牛乳 ミニサラダ	8 火
9	水	牛乳 卵ボーロ						白身魚	牛乳 ミルクフレンチトースト	牛乳 味しらべ	9 水
10	木	牛乳 マンナビスケット	鯖のカレーマヨ焼き	ひじきの和え物	ごぼうの味噌汁	ごはん	パイナップル	白身魚	牛乳 ミニパン	牛乳 雪の宿	10 木
11	金	牛乳 リッツ	チキン南蛮	ブロッコリーの胡麻和え	もずくスープ	ごはん	黄桃缶	鶏ミンチ	すいか ハッピーターン	牛乳 まがりせんべい	11 金
12	土	牛乳 白い風船	クロワッサン	ビーフシチュー	シーザーサラダ	パン	ももゼリー	白身魚	牛乳 源氏パイ	(牛乳 おかし)	12 土
13	日										13 日
14	月	牛乳 ハーベスト	茄子と豚肉のみそ炒め	うどんサラダ	厚揚げの味噌汁	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	牛乳 シュークリーム	牛乳 ホームパイ	14 月
15	火	牛乳 アンパンマンビスケット	タンドリーチキン	サウザンドレサラダ	冬瓜スープ	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 ココアケーキ	牛乳 星食べよう	15 火
16	水	牛乳 きなこせんべい	鮭の塩焼き ナゲット	カリフラワーサラダ	ほうれん草パスタ 卵焼き	青菜おにぎり	フルーツカクテル	白身魚	牛乳 カステラ	牛乳 味しらべ	16 水
17	木	牛乳 動物ビスケット	豚肉の生姜焼き	ちりめんサラダ	コンソメスープ	ごはん	すいか	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 チョイスビスケット	17 木
18	金	牛乳 マンナウエハース	しいらのきのこ餡かけ	レバー甘辛煮	じゃがいもの味噌汁	ごはん	黄桃缶	白身魚	フルーチェ ホームパイ	牛乳 ハッピーターン	18 金
19	土	牛乳 卵ボーロ	ちゃんぽん	ブロッコリーサラダ		ごはん	甘夏缶	鶏ミンチ	牛乳 豆乳ドーナッツ	(牛乳 おかし)	19 土
20	日										20 日
21	月										21 月
22	火	牛乳 マンナビスケット	鯖の南蛮漬け	ひじきの炒り煮	豆腐の味噌汁	ごはん	すいか	白身魚	牛乳 かぼちゃのチーズケーキ	牛乳 ミニサラダ	22 火
23	水	牛乳 リッツ	鶏肉のバーベキュー風	シルバーサラダ	レタススープ	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳 チョコチップクッキー	牛乳 雪の宿	23 水
24	木	牛乳 ハーベスト	サバの味噌煮	チーズサラダ	おくら味噌汁	ごはん	パイナップル	白身魚	牛乳 ミニパン	牛乳 ムーンライト	24 木
25	金	牛乳 アンパンマンビスケット	からあげ	コールスロー	コーンスープ	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	牛乳 お好み焼き	牛乳 ぼたぼた焼き	25 金
26	土	牛乳 白い風船	ピビンバ丼		えのきの味噌汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 パームクーヘン	(牛乳 おかし)	26 土
27	日										27 日
28	月	牛乳 きなこせんべい	鶏肉の照り焼き	金平ごぼう	茄子の味噌汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 おふのラスク	牛乳 まがりせんべい	28 月
29	火	牛乳 動物ビスケット	カレイのムニエル	ほうれん草のソテー	きのこのスープ	ごはん	パイナップル	白身魚	牛乳 アップルケーキ	牛乳 アンパンマンソフトせんべい	29 火
30	水	牛乳 リッツ	夏野菜カレー	トマトサラダ		ごはん	りんご	鶏ミンチ	フルーツ野菜ゼリー ウエハース	牛乳 マリービスケット	30 水
31	木	牛乳 卵ボーロ	しいらのみそマヨ焼き	高野豆腐の卵とじ	大根とベーコンのスープ	ごはん	オレンジ	白身魚	牛乳 ミニパン	牛乳 ハッピーターン	31 木

< 介護献立 >

◆◆◆◆◆ 朝食 ◆◆◆◆◆

7月		主 菜	副 菜	介護系副菜	スープ	主 食
対象		全 員	全 員	全 員	全 員	全 員
1	火	南瓜のそぼろ煮	納豆	沢庵	玉葱の味噌汁	御飯
2	水	オムレツ	インゲンの胡麻和え	海苔の佃煮	油揚げ味噌汁	御飯
3	木	ひじきの炒り煮	ほうれん草シュウマイ	つぼ漬	小松菜の味噌汁	御飯
4	金	金平ごぼう	さんま	たいみそ	豆腐の味噌汁	御飯
5	土	いこみこうや	キャベツのおかか和え	ふりかけ	なめこの味噌汁	御飯
6	日	切り干し大根の煮物	卵焼き	梅干し	じゃがいもの味噌汁	御飯
7	月	五目豆	春雨サラダ	めんたいこ	大根菜の味噌汁	御飯
8	火	金平ごぼう	キャベツの塩昆布和え	しば漬	さつまいもの味噌汁	御飯
9	水	南瓜のそぼろ煮	インゲンの胡麻和え	ふりかけ	もやしの味噌汁	御飯
10	木	ウインナー	じゃがいものコーンクリーム煮	マーマレード	ほうれん草スープ	食パン
11	金	ひじきの炒り煮	納豆	桜漬	じゃがいもの味噌汁	御飯
12	土	ししゃも	金平ごぼう	ふりかけ	わかめの味噌汁	御飯
13	日	茄子の煮物	シューマイ	たいみそ	豆腐の味噌汁	御飯
14	月	いこみこうや	カリフラワーの金平	ふりかけ	ほうれん草味噌汁	御飯
15	火	がんもの煮物	ほうれん草シュウマイ	めんたいこ	南瓜の味噌汁	御飯
16	水	金平ごぼう	さんま	桜漬	玉葱の味噌汁	御飯
17	木	南瓜のそぼろ煮	インゲンのおかか和え	海苔の佃煮	キャベツの味噌汁	御飯
18	金	アスパラベーコン炒め	納豆	つぼ漬	油揚げ味噌汁	御飯
19	土	ししゃも	切り干し大根の煮物	ふりかけ	なめこの味噌汁	御飯
20	日	ペンネサラダ	ウインナー	チョコジャム	南瓜のスープ	ロールパン
21	月	ひじきの炒り煮	インゲンの胡麻和え	めんたいこ	小松菜の味噌汁	御飯
22	火	がんもの煮物	カリフラワーの塩昆布和え	ふりかけ	キャベツの味噌汁	御飯
23	水	南瓜のそぼろ煮	さんま	海苔の佃煮	玉葱の味噌汁	御飯
24	木	高野豆腐とエビの卵とじ	納豆	沢庵	えのきの味噌汁	御飯
25	金	いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	ふりかけ	小松菜の味噌汁	御飯
26	土	ししゃも	切り干し大根の煮物	たいみそ	南瓜の味噌汁	御飯
27	日	鮭の卵とじ	キャベツの塩昆布和え	ふりかけ	油揚げ味噌汁	御飯
28	月	南瓜のそぼろ煮	納豆	野沢菜漬	わかめの味噌汁	御飯
29	火	切り干し大根の煮物	卵焼き	ふりかけ	じゃがいもの味噌汁	御飯
30	水	金平ごぼう	ブロッコリーのおかか和え	めんたいこ	さつまいもの味噌汁	御飯
31	木	オムレツ	ソテー	いちごジャム	野菜スープ	食パン

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

7月	主 菜	副菜	介護系副菜	スープ	主 食	デザート	午後おやつ
対象	全 員	全 員	全 員	全 員	全 員	全 員	全員・放課後
1 火	豚肉のべっこう煮	ほうれん草ツナナムル	つぼ漬 野沢菜漬	ニラときこののスー	御飯	パイナップル	アルフォート 星食べよ
2 水	味噌ラーメン	シークワースードレサラダ	高菜漬		味噌ラーメン	プリン	南瓜のチーズケーキ
3 木	鶏肉のチリソース	ピーマン炒め	しば漬 奈良漬	ポトフ	御飯	バナナ	ミニサラダ きのこ・たけのこの里
4 金	鯖の柚子胡椒焼	ゴーヤチャンプル	胡瓜漬 茄子漬	けんちん汁	御飯	オレンジ	ミニパン (バナナパン)
5 土	トマトひよこ豆のカレー	リンゴサラダ	らっきょう 福神漬		御飯	ピーチゼリー	お好み焼き
6 日	鯖のゆかり焼き	野菜胡麻マヨサラダ	青かっぱ漬 沢庵	えのきとかまぼこのすまし汁	御飯	パイ牛缶	チョコパイ
7 月	ソーメン	天ぷら	青しそサラダ	つゆ	ソーメン	七夕ゼリー	おふのラスク
8 火	魚のおろし煮	オクラとわかめの酢の物	甘酢生姜 奈良漬	えのきの味噌汁	御飯	パイナップル	雪の宿 だらやき
9 水	鶏肉の柚子胡椒焼	コールスロー	しば漬 らっきょう	青梗菜の中華スープ	御飯	りんご	水ようかん
10 木	三色丼	胡麻ドレサラダ	沢庵	ごぼうの味噌汁	御飯	ぶどうゼリー	抹茶と甘納豆の蒸しパン
11 金	肉じゃが	竹輪と切り干し大根のサラダ	青かっぱ漬 昆布の佃煮	レタスのスープ	御飯	オレンジ	チョコクリームパン
12 土	魚の三味焼き	ブロッコリーの和風サラダ	高菜漬 つぼ漬	呉汁	御飯	バナナ	コアラのマーチ 星食べよ
13 日	青椒肉絲	オクラとしらすの和え物	梅干し べったら漬	ピーマン汁	御飯	フルーツみつ豆	バームクーヘン
14 月	白身魚のアップ リース	夏野菜のおひたし	青かっぱ漬 しその実	ごま味噌汁	御飯	オレンジ	アップルケーキ
15 火	豚肉のキムチ炒め	五色なます	紅しょうが 奈良漬	肉団子スープ	御飯	りんご	クッキー
16 水	サバの胡麻味噌焼	冬瓜と厚揚げの煮物	しば漬 つぼ漬	もやしと白菜の中華スープ	御飯	パイナップル	パイの実 まがりせんべい
17 木	チキン南蛮	シーザーサラダ	かたくり漬 高菜漬	コーンスープ	チキンライス	饅頭	誕生日ケーキ
18 金	魚のみぞれ煮	うどんサラダ	桜漬 昆布の佃煮	豆乳味噌スープ	御飯	バナナ	ミニパン (うぐいすツイスト)
19 土	冷やし中華	餃子			冷やし中華	青りんごゼリー	ウインナーケーキ
20 日	魚の西京焼	三色ナムル	沢庵 茄子漬	もずくスープ	御飯	甘夏みかん缶	カスタードケーキ
21 月	煮込みハンバーグ	カニカマサラダ	梅干し 白菜漬	もやしのカレースープ	御飯	フルーツカクテル	ロールケーキ (モカ)
22 火	赤魚の煮物	胡瓜とわかめの酢の物	沢庵 甘酢生姜	ほうとう汁	御飯	オレンジ	ガトーレーズン サッポロポテト
23 水	冷やし汁	新じゃがのそぼろ煮	かたくり漬	プリン	麦御飯	プリン	さつまいもの蒸しパン
24 木	魚のネギたれ	さつまあげのポン酢金平	奈良漬 野沢菜漬	とろろ昆布汁	御飯	バナナ	桃山 ハッピーターン
25 金	筑前煮	ちりめんサラダ	桜漬 らっきょう	青さの味噌汁	御飯	パイナップル	ミニパン (じゃりパン)
26 土	具だくさんそば	西京みそドレサラダ	高菜漬	そば	そば	梨ゼリー	キャロットケーキ
27 日	ボークジンジャー	もずく酢	味噌漬 茄子漬	豆腐の味噌汁	御飯	パイ牛缶	二色あんぱい
28 月	牛丼	ブロッコリーとチーズのサラダ	紅しょうが	キャベツの味噌汁	御飯	りんごゼリー	きなこバナナケーキ
29 火	白菜のうま煮	ピーマンサラダ	昆布の佃煮 桜漬	トマトスープ	御飯	キウイ	おにぎりせんべい カントリーマーム
30 水	魚の南蛮漬	高野豆腐の煮物	沢庵 白菜漬	もずくとなめこのスープ	御飯	オレンジ	いちごのマドレーヌ
31 木	南瓜コロッケ	柚子ドレサラダ ちりめんバスタ	タコちゃんウインナー	オクラの味噌汁	ひろしおにぎり	洋梨缶	ハッピーターン 源氏パイ

◆◆◆◆◆ 夕 食 ◆◆◆◆◆

7月	主 菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スー	主 食	デザート	
対象	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	五福deごはんのみ	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	施設のみ
1	火	魚のトマトソースかけ	カリフラワーとひよこ豆のサラダ	里芋の胡麻煮 白菜漬	南瓜と厚揚げの味噌汁	御飯	白菜漬 昆布の佃煮
2	水	ゴボウと牛肉の炒め煮	胡麻和え	茄子の田楽 べったら漬	オクラのすまし汁	御飯	べったら漬 紅しょうが
3	木	魚のマヨネーズ粉焼	トマトとチーズのサラダ	アスパラのバター醤油炒め らっきょう	マカロニスープ	御飯	コーヒーゼリー らっきょう 青かっぱ漬
4	金	豚肉の生姜焼き	大葉いり切り干し大根のサラダ	南瓜の煮物 かつおの漬	しめじの味噌汁	御飯	かつおの漬 梅干し
5	土	鮭のムニエル	西京みそドレサラダ	菜の花と人参の辛し和え 桜漬	トマトかきたま汁	麦御飯	桜漬 しその実
6	日	鶏肉と里芋の煮物	夏野菜の昆布の和え物		もやしの味噌汁	御飯	洋梨缶 奈良漬 甘酢生姜
7	月	魚の揚げ煮	豆サラダ	ほうれん草の胡麻和え つぼ漬	豚汁	御飯	七夕ゼリー 黄桃缶 つぼ漬 茄子漬
8	火	マーボー茄子	大根の梅おかか和え	かつおのたらこ和え 高菜漬	卵スープ	御飯	オレンジ 高菜漬 味噌漬
9	水	白身魚フライ	フルーツサラダ	春菊と湯葉の煮びだし 梅干し	油揚げ味噌汁	御飯	バナナ 梅干し 白菜漬
10	木	ポークケチャップ	ひじきとチーズのサラダ	ブロッコリーのバター醤油炒め 野沢菜漬	大根とベーコンのスープ	炊き込み御飯	野沢菜漬 紅しょうが
11	金	ぶりのカレーマヨ焼	レンコンの甘辛煮	焼きナス かつおの漬	キャベツの味噌汁	御飯	りんご かつおの漬 しその実
12	土	油淋鶏	リャンバンサンズ	高野豆腐の寄せ煮 奈良漬	星のこスープ	御飯	いちごゼリー 奈良漬 沢庵
13	日	お魚豆腐の野菜あんかけ	ささみのマヨ和え		じゃがいもの味噌汁	御飯	甘夏みかん缶 桜漬 味噌漬
14	月	鶏肉のオーロ焼	スパ炒め	おろし和え 野沢菜漬	青梗菜の中華スープ	御飯	バナナ 野沢菜漬 沢庵
15	火	夏野菜カレー	海藻サラダ	ロースカツ 福神漬 らっきょう		御飯	バナナ 福神漬 らっきょう
16	水	鶏肉のBBQ風	カリフラワーの胡麻ドレサラダ	トマトのマリネ 梅干し	なめこ汁	御飯	抹茶パバロア 梅干し べったら漬
17	木	魚のきのこ甘酢あんかけ	もやしの中華風ナムル	ジャーマンポテト 奈良漬	茄子の味噌汁	御飯	オレンジ 奈良漬 胡瓜漬
18	金	八宝菜	柚子ドレサラダ	オクラともずくの梅肉和え 味噌漬	ポテトオニオンスープ	御飯	りんご 味噌漬 白菜漬
19	土	魚のお梅焼	ブロッコリーのあんかけ	卵の花 かつおの漬	大根の味噌汁	御飯	クワイ かつおの漬 高菜漬
20	日	肉団子の野菜あんかけ	ほうれん草のソテー		揚げと豆腐の味噌汁	御飯	洋梨缶 甘酢生姜 しその実
21	月	鯖の胡麻醤油焼	切り干し大根の洋風煮	夏野菜と昆布の和え物 青かっぱ漬	きのこの味噌汁	御飯	杏仁豆腐 青かっぱ漬 桜漬
22	火	豚肉のブルコギ風	青菜ときのこのお浸し	さつまいものいとこ煮 つぼ漬	わかめスープ	御飯	バナナ つけ漬 しその実
23	水	魚の味噌マヨ焼	大豆とズッキーニのトマト煮	みょうがの酢の物 べったら漬	豚ごぼう汁	御飯	りんご べったら漬 茄子漬
24	木	鶏肉の照り焼き	じゃこと大根葉の炒め物	オクラのなめ茸和え 昆布の佃煮	ツナいり味噌汁	御飯	クワイ 昆布の佃煮 しば漬
25	金	塩サバ	白菜の和え物	甘酢生姜	花麩のすまし汁	ちらし寿司	オレンジ 甘酢生姜 青かっぱ漬
26	土	すき焼き風煮	和風サガ	オクラの湯葉和え かつおの漬	さつまいもの味噌汁	御飯	バナナ かつおの漬 紅しょうが
27	日	ぶりの照り焼き	卵の花		ほうれん草のスープ	御飯	黄桃缶 梅干し 胡瓜風味
28	月	タンドリーチキン	ひじきと枝豆のマヨサラダ	ピーマンと人参の金平 高菜漬	豆乳スープ	御飯	オレンジ 高菜漬 奈良漬
29	火	魚のバター醤油焼	大根の中華風サラダ	里芋のそぼろ煮 茄子漬	小松菜の味噌汁	御飯	バナナ 茄子漬 つぼ漬
30	水	きのこのハヤシライス	ほうれん草のチーズ入り胡麻和え	鶏肉の塩麹焼 キャベツとツナ和え 福神漬		御飯	バナナ 福神漬
31	木	鯖の味噌煮	トマトサラダ	鶏レバーしくれ煮 野沢菜漬	冬瓜スープ	御飯	クワイ 野沢菜漬 しその実漬