

令和5年7月の献立

献立表

上段：給食／下段：おやつ  
六満こども園(乳児)

月曜日 10・24		火曜日 11・25		水曜日 12		木曜日 13・27		金曜日 14・28		土曜日 15・29	
ごはん 厚揚げチャンプル	米 玄米 厚揚げ 豚肉 人参 チンゲン菜 ピーマン ごま油 醤油 三温糖 酒	ごはん 鶏肉の 塩麹焼き	米 玄米 鶏肉 塩麹 酒	ごはん チーズハンバーグ	米 玄米 合挽肉 玉葱 人参 コンソメ とろけるチーズ パン粉 ケチャップ ウスターソース	ごはん 鱈の南蛮漬け	米 玄米 鱈 人参 玉葱 生姜 片栗粉 酢 醤油 三温糖 塩 酒 油	夏野菜 ハヤシライス	米 玄米 牛肉 玉葱 じゃが芋 人参 スッキーニ 茄子 グリンピース ケチャップ コンソメ 赤ワイン	ぐつぐつ きつねうどん	うどん 油揚げ かまぼこ ほうれん草 人参 醤油 みりん 三温糖 かつお 昆布
胡瓜の酢の物	胡瓜 もやし わかめ 酢 醤油 三温糖	キャベツの 和え物	キャベツ 人参 醤油 三温糖	夏野菜 ビーフン	ビーフン スッキーニ ピーマン 玉葱 人参 醤油 油	オクラの和え物	オクラ 人参 えのき 醤油 三温糖	マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 コーン マヨネーズ 塩	オレンジ	
茄子の味噌汁	茄子 えのき 人参 味噌 かつお	豆腐とトマト サラダ	木綿豆腐 トマト しそ 醤油 三温糖	コンソメスープ	キャベツ もやし 人参 コンソメ	冬瓜の味噌汁	冬瓜 わかめ 厚揚げ 味噌 かつお				
黒ごまクッキー	黒ごま 小麦粉 バター 三温糖 卵	とうもろこし		★ パインケーキ	パイン缶 卵 小麦粉 牛乳 バター 三温糖 ベーキングパウダー クッキー※1	★ 抹茶あんパン	抹茶 小豆 強力粉 三温糖 塩 ドライイースト 油	すいか		パイ	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
3・31		4・18		5・19		6・20		21		8・22	
麻婆茄子丼	米 玄米 豚ひき肉 茄子 人参 玉葱 赤味噌 醤油 三温糖 みりん 中華あじ 片栗粉 酒	ごはん カレイの ムニエル	米 玄米 カレイ 小麦粉 バター レモン汁 醤油 塩 酒	ごはん 豚じゃが	米 玄米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 醤油 三温糖 みりん かつお 酒	牛肉と夏野菜炒め	米 玄米 牛肉 茄子 玉葱 スッキーニ ピーマン 醤油 三温糖 酒	ごはん 卵とし煮	米 玄米 卵 高野豆腐 油揚げ 玉葱 醤油 三温糖 みりん かつお	ぐつぐつ 肉うどん	うどん 牛肉 玉葱 かまぼこ ほうれん草 人参 醤油 みりん 三温糖 かつお 昆布
春雨サラダ	春雨 胡瓜 人参 黄パプリカ カニカマ 酢 醤油 三温糖 ごま油	ツナとひじきの 煮物	ツナ ひじき 人参 油揚げ グリンピース 醤油 三温糖 かつお	ちくわの ぎんびら和え	ちくわ 人参 黄パプリカ ごま ごま油 醤油 三温糖 油	もやしの ゆかり和え	もやし 小松菜 パプリカ ゆかり粉	切り干し大根の おかか和え	切り干し大根 いんげん 人参 ツナ かつお節 醤油 三温糖	バナナ	
わかめスープ	豆腐 玉葱 わかめ 中華あじ	コンソメスープ	もやし じゃが芋 人参 コーン コンソメ	おつゆ麩の味噌汁	麩 玉葱 キャベツ 味噌 かつお	チンゲン菜の 赤だし	チンゲン菜 人参 油揚げ 赤味噌 かつお	南瓜の味噌汁	南瓜 小松菜 人参 味噌 かつお	ふりかけ	かつお 醤油 みりん 酒 三温糖
★ ハムチーズ ボンデケーキ	ハム 粉チーズ 白玉粉 小麦粉 牛乳 ベーキングパウダー 油	★ 梅ごま おにぎり	米 梅干し ごま	★ カルピスゼリー	カルピス ゼラチン	★ キャロット 蒸しパン	人参 小麦粉 三温糖 牛乳 ベーキングパウダー	★ もちもち ミルクもち	牛乳 片栗粉 三温糖 きな粉	せんべい	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		お茶		牛乳	

※献立は都合により変更する場合があります。

【7月7日(金)七夕まつり&お誕生感謝会】

- ・七夕寿司…(米 胡瓜 人参 卵 刻みのり 高野豆腐 酢 塩 三温糖 昆布)
- ・鶏肉の竜田揚げ…(鶏肉 生姜 酒 醤油 みりん 片栗粉 油)
- ・トマトサラダ…(トマト レタス 黄パプリカ オリーブ油 酢 塩 三温糖)
- ・そうめんのすまし汁…(そうめん おくら 人参 醤油 かつお)

【おやつ】

- ・★パンナコッタと七夕ゼリー…(生クリーム 牛乳 三温糖 ゼラチン かき氷シロップ(ブルーハワイ))
- ・お茶

※★マークは手作りおやつです。

※1…原材料に小麦粉・乳・大豆・アーモンドが含まれます。

★7月 旬の食材★

胡瓜 ズッキーニ さやいんげん  
とうもろこし トマト ピーマン  
長芋 鱈 鰯

