



7月 幼児食献立表



日	曜日	朝のおやつ	昼食	食材	フルーツ	おやつ	日	曜日	朝のおやつ	昼食	食材	フルーツ	おやつ
1	木	チーズクラッカー	ふりかけごはん ハンバーグ ゴーヤーサラダ わかめスープ	白米 ふりかけ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 卵 パン粉 コーン ゴーヤー 玉ねぎ 人参 パイン わかめ えのき ねぎ	バナナ	ピザまん 牛乳 ホットケーキミックス オリーブオイル チーズ ピザソース ウィナー	16	金	チーズクラッカー	ご飯 鶏肉のみそ漬け焼き もずく酢 うどん汁	白米 鶏肉 みそ ブロッコリー もずく 胡瓜 うどん いなりあげ ねぎ	バナナ	アイスクリーム ビスケット
2	金	ミルク黒棒	夏野菜カレー モウイの和え物 もずくスープ	白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 オクラ ナス 南瓜 モウイ 胡瓜 ツナ缶 もずく 長ねぎ	オレンジ	プリン クラッカー	17	土	せんべい	炊き込みご飯 胡瓜の和え物 豚汁	白米 ツナ缶 人参 ひじき なら 胡瓜 人参 ちくわ 豚肉 冬瓜 人参 こんにゃく ねぎ みそ	オレンジ	芋けんぴ レーズン 牛乳
3	土	ミルク鉄分丸ぼうろ	豆腐そぼろ丼 胡瓜の和え物 キャベツのみそ汁	白米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 木綿豆腐 なら 胡瓜 ちくわ コーン キャベツ 人参 ねぎ みそ	パイン缶	ミニドーナツ ブルー牛乳	19	月	ミルク鉄分丸ぼうろ	冷やし中華 ポテトフライ 厚揚げのみそ汁	中華麺 胡瓜 ハム トマト 卵 フライドポテト 揚げ油 厚揚げ 小松菜 しめじ みそ	りんご	昆布ツナおにぎり 牛乳 白米 ツナ缶 昆布
5	月	ミルクお菓子	三枚肉そば オクラのごま和え 金時豆の甘煮	沖縄そば ねぎ かまぼこ 三枚肉 オクラ 人参 大豆 金時豆 砂糖 黒糖	みかん缶	鮭おにぎり 牛乳 白米 鮭 塩	20	火	ミルクお菓子	ご飯 きびなごのから揚げ 冬瓜と鶏肉のトマト煮 アーサ汁	ご飯 きびなご 冬瓜 鶏肉 トマトホール アーサ 絹豆腐 ねぎ	スイカ	マシュマロおこし 牛乳 マシュマロ バター オートミール ココア コーンフレーク
6	火	ヨーグルトレーズン	ご飯 魚の西京焼き 昆布煮豆 鶏汁	白米 白身魚 みそ ブロッコリー 大豆 椎茸 人参 塩昆布 鶏肉 大根 人参 こんにゃく ねぎ	バナナ	芋くじアンタギー 牛乳 さつま芋 もち粉 砂糖 油	21	水	ヨーグルトレーズン	麦ご飯 カラフルマーボー豆腐 南瓜サラダ オニオンスープ	白米 押し麦 木綿豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン みそ 南瓜 卵 レーズン チーズ マヨネーズ 玉ねぎ 人参 ねぎ	ピーチ缶	おさつぼうろ チーズ 牛乳
7	水	ミルクビスケット	七夕ちらし寿司 から揚げチキン トマトサラダ ソーメン汁	白米 椎茸 れんこん 人参 絹さや 卵 桜でんぶ 鶏肉 小麦粉 トマト 胡瓜 コーン ソーメン ねぎ	オレンジ	ゼリー 星せんべい	24	土	ミルク鉄分ウエハース	カレーピラフ ツナサラダ ほうれん草のみそ汁	白米 ウィナー ピーマン 人参 コーン ツナ缶 胡瓜 人参 和風ドレ ほうれん草 人参 しめじ	バナナ	黒棒 レーズン 牛乳
8	木	ミルクブルー	ナスミートスパゲティ ビーンズサラダ ワカメスープ	スパゲティ 合挽 ナス 玉ねぎ 人参 アスパラ トマト 胡瓜 大豆 コーン レタス ワカメ 玉ねぎ ねぎ	りんご	チーズおかかおにぎり 牛乳 白米 チーズ 糸かつお	26	月	ミルクレーズン	ご飯 魚フライタルタルソース 小松菜の白和え 大根のみそ汁	白米 白身魚 卵 パン粉 卵 玉ねぎ パセリ マヨネーズ 小松菜 ツナ缶 木綿豆腐 人参 ゴマドレ 大根 油あげ ねぎ みそ	りんご	くずもち 牛乳 芋くず 黒糖 砂糖 きなこ しょうが
9	金	チーズクラッカー	ご飯 鮭のオーロラソース焼き ひじき炒め みそ汁	白米 鮭 マヨネーズ トマト ひじき 人参 なら しらたき 豚肉 油揚げ ワカメ 大根 ネギ みそ	バナナ	ジャムパン 牛乳 食パン バター ジャム	27	火	チーズクラッカー	ケチャップライス オクラの和え物 わかめのみそ汁	白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 卵 オクラ トマト ツナ缶 わかめ 玉ねぎ みそ	バナナ	ヒラヤーチー 牛乳 卵 小麦粉 ねぎ ツナ缶
10	土	せんべい	ひき肉親子丼 春雨サラダ キャベツのみそ汁	白米 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン 卵 春雨 ちくわ 胡瓜 人参 野菜ドレ キャベツ しめじ ねぎ みそ	みかん缶	タンナファクルー チーズ 牛乳	28	水	せんべい	ごはん 牛肉と大豆のハッシュドビーフ 大根サラダ 麦茶	白米 牛肉 大豆 しめじ 玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 ツナ缶 小松菜 和風ドレ	オレンジ	ヨーグルトあえ 鉄分ウエハース ヨーグルト バナナ パイン缶
12	月	ミルク黒棒	ご飯 豚肉の生姜焼き ゴーヤーチャンプルー 冬瓜のみそ汁	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン ゴーヤー 玉ねぎ 人参 木綿豆腐 豚肉 卵 冬瓜 油揚げ ねぎ みそ	りんご	コーンフレーク 牛乳 コーンフレーク レーズン	29	木	バナナお菓子	ふりかけご飯 豚カツ マカロニサラダ ゆし豆腐	白米 ふりかけ 豚肉 卵 小麦粉 パン粉 マカロニ 胡瓜 人参 みかん缶 マヨネーズ ゆし豆腐 ねぎ みそ	スイカ	ごまサンド 牛乳 食パン バター ごまペースト チョコチップ蒸しパン 牛乳 卵 砂糖 バター ホットケーキミックス チョコチップ
13	火	果汁鉄分ウエハース	麦ご飯 白身魚のソースあえ 野菜チャンプルー ゆし豆腐	白米 押し麦 白身魚 キャベツ 人参 ツナ缶 からし菜 ゆし豆腐 ねぎ	ピーチ缶	ふかし芋 牛乳 さつま芋	30	金	果汁鉄分ウエハース	お楽しみ会(お弁当)			
14	水	せんべい	ご飯 コロッケ クーピーリチー かき玉汁	白米 じゃが芋 玉ねぎ 合挽 卵 小麦粉 パン粉 豚肉 切り干し大根 昆布 こんにゃく 人参 なら 卵 ねぎ みそ	バナナ	レーズンクッキー 牛乳 バター 砂糖 卵 小麦粉 牛乳 ベーキングパウダー	31	土	ミルクビスケット	ドライカレー ブロッコリーサラダ 白菜のみそ汁	白米 豚ひき肉 玉ねぎ ピーマン りんご ブロッコリー 人参 白菜 しめじ ねぎ みそ	バナナ	せんべい ブルー牛乳
15	木	バナナお菓子	コーンご飯 サバのカレー揚げ きんぴらごぼう アーサ汁	白米 コーン サバ トマト ごぼう 人参 ツキアゲ こんにゃく 絹豆腐 アーサ ねぎ みそ	スイカ	ツナサンド 牛乳 食パン バター 玉ねぎ マヨネーズ ツナ缶	※ 22日は海の日でお休みです ※ 23日はスポーツの日でお休みです。 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします						

