

2020年 7月給食献立 幼児

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		赤飯 精白米 小豆 もち米 すき焼き風煮 牛肉 焼き豆腐 白菜 人参 糸こんにゃく えのき 長ねぎ ズッキーニの炒め物 ズッキーニ キャベツ パプリカ ソーセージ 鯛のすまし汁 鯛 生わかめ オクラ マーブルケーキ ココア 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 卵 バター 砂糖	コーンわかめラーメン 中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 生わかめ 青ねぎ コーン しゅうまい しゅうまい スイカ スイカ ウインナードック ロールパン ウインナー キャベツ ケチャップ	ごはん 精白米 さばの竜田揚げ さば 生姜 なすのみそ和え なす 白みそ ほうれん草のすまし汁 ほうれん草 カニカマ えのき 杏仁豆腐 牛乳 寒天 砂糖 キウイ 黄桃缶 桑の寒ジャムサンド 食パン 桑の実ジャム	かやくうどん うどん 鶏肉 白菜 玉ねぎ 人参 えのき 青ねぎ きゅうりの一夜漬け きゅうり バナナ バナナ チーズとクラッカー チーズ クラッカー
6	7	8	9	10	11
ハヤシライス 精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 エリンギ トマト オクラのおかか和え オクラ かつお節 ところてん 寒天 黒砂糖 ほうれん草 カニカマ えのき	じゃこピーごはん 精白米 ちりめん ピーマン 鶏の照り焼き 鶏肉 生姜 トマトフルーツ トマト 砂糖 天の川すまし汁 そうめん オクラ わかめ ゆば	冷やし中華 中華めん 錦糸卵 ハム きゅうり もやし 白ごま どうもろこし どうもろこし スイカ スイカ 甘納豆蒸しパン 甘納豆 小麦粉 卵 豆乳 砂糖 サラダ油	ロールパン ロールパン かぼちゃのクリームシチュー かぼちゃ ベーコン 玉ねぎ ブロッコリー 牛乳 スパゲティサラダ スパゲティ きゅうり 人参 ツナ フルーツヨーグルト ヨーグルト 梅 黄桃缶 脱脂粉乳 二色おにぎり 精白米 ふりかけ 味付けのり 花かつお	十六穀ごはん 精白米 十六穀米 ささみの磯辺揚げ ささみ 青のり 生姜 卵 ポテトサラダ じゃがいも きゅうり 人参 玉ねぎ えびだんごのすまし汁 えび 白身すり身 木綿豆腐 ほうれん草 えのき チーズサブレ 粉チーズ 小麦粉 コーンスターチ バター 砂糖	親子丼 精白米 鶏肉 玉ねぎ 卵 えのき 青ねぎ 人参 漬物 たくあん 汁麩のすまし汁 汁麩 えのき みつば
じゃこトースト 食パン ちりめん 白ごま 青のり マヨドレ	ピーチケーキ 黄桃缶 小麦粉 脱脂粉乳 卵 バター 砂糖	きなこ揚げパン 精白米 ふりかけ 味付けのり 花かつお	きなこ揚げパン きなこ ロールパン 砂糖 塩	きなごまカロニ マカロニ きなこ 砂糖 食塩	
13	14	15	16	17	18
ごはん 精白米 みそ豚かつ 豚ハレ 八丁味噌 オクラのごま和え オクラ ごま キャベツのみそ汁 キャベツ 人参 ちくわ	夏野菜カレー 精白米 鶏肉 かぼちゃ なす 玉ねぎ ズッキーニ コールスロニ きゅうり キャベツ コーン ごまドレッシング スイカ スイカ	ごはん 精白米 さわらのおろし煮 さわら 大根 青ねぎ 生姜 高野豆腐の含め煮 高野豆腐 玉ねぎ じゃがいものみそ汁 じゃがいも ほうれん草 京揚げ	麦ごはんと昆布の佃煮 精白米 押し麦 昆布 かつお節 筑前煮 鶏肉 じゃがいも ごぼう 人参 こんにゃく ブロッコリーのごま和え ブロッコリー すりごま かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ 京揚げ えのき	ひじきのいなり寿司 精白米 すしあげ ひじき 人参 白ごま 白菜のすまし汁 白菜 カニカマ えのき マンゴーゼリー マンゴージュース 寒天	肉うどん うどん 牛肉 ほうれん草 玉ねぎ えのき おにぎり 精白米 ふりかけ 夏野菜のピクルス きゅうり パプリカ
ピザトースト 食パン 玉ねぎ ピーマン ケチャップ チーズ ベーコン	黒糖蒸しパン 黒糖 小麦粉 卵 豆乳 サラダ油	どら焼き ホットケーキミックス 牛乳 卵 粒あん	バナナマフィン バナナ 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 バター	ライフビスケット ライフビスケット	
20	21	22	23	24	25
十六穀ごはん 精白米 十六穀米 豚肉の生姜焼き 豚肉 玉ねぎ もやし ズッキーニ パプリカ 生姜 きんぴらごぼう ごぼう 人参 こんにゃく 冷やしそうめん汁 そうめん かまぼこ えのき きゅうり	ごはん 精白米 さわらのマヨネーズ焼き さわら マヨドレ 白みそ 春雨の中華風サラダ 春雨 きゅうり ハム ごま もやしのみそ汁 もやし 玉ねぎ 京揚げ	えびとオクラのちらし寿司 精白米 えび オクラ 錦糸卵 人参 干し椎茸 きざみのり きゅうりの浅漬け きゅうり 生わかめのすまし汁 生わかめ 汁麩 えのき	海の日	スポーツの日	お弁当日
ヨーグルトケーキ ヨーグルト 小麦粉 卵 砂糖 バター レモン汁	ツナのカナッペ クラッカー ツナ 玉ねぎ マヨドレ	マドレーヌ 小麦粉 バター 卵 砂糖 コーンスターチ			ところてん 寒天 黒砂糖
27	28	29	30	31	
焼きそば 中華めん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ もやし 青のり キャベツのスープ キャベツ じゃがいも 人参 コーン 白玉みつ豆 白玉粉 上新粉 寒天 甘納豆 みかん缶 ホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 卵 ジャム	ごはん 味付けのり 精白米 味付けのり 天ぷら いわし オクラ えび 玉ねぎ じゃがいも 切干大根の煮つけ 切干大根 人参 京揚げ かきたま汁 卵 玉ねぎ わかめ えのき フレンチトースト 食パン 牛乳 卵 砂糖 バター	炊き込みごはん 精白米 鶏肉 人参 ごぼう 糸こんにゃく 干しいたけ 大豆とひじきのサラダ 大豆 ひじき きゅうり ハム ごまドレッシング はんぺんのすまし汁 はんぺん えのき ほうれん草 アロエヨーグルト アロエヨーグルト 人参クッキー 人参 ホットケーキミックス バター	十六穀ごはん 精白米 十六穀米 鶏のから揚げ 鶏肉 生姜 ほうれん草のソテー ほうれん草 人参 エリンギ 麩のみそ汁 汁麩 玉ねぎ えのき みたらしたんご 白玉粉 上新粉 しょうゆ 砂糖 片栗粉	おにぎり 精白米 かつお節 冷やしそうめん そうめん 錦糸卵 カニカマ きゅうり フルーツポンチ スイカ バイン缶 バナナ 寒天 ラスク 食パン バター 砂糖	