

7月献立表

令和2年 7月

[未満児]

	1(木)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)	
9時	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 おやついり(朝) かえりちりめん	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	
	麦ご飯 米 米粒麦 タラのホイロ焼き まだら たまねぎ えのきたけ にんじん ぶなしめじ レモン マーガリン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	麦ご飯 米 米粒麦 ミートローフ あいびき たまねぎ にんじん グリーンピース スイートコーン パン粉 食塩 普通牛乳 たまねぎ ケチャップ ウスターソース ほうれんそう スイートコーン 生竹輪 調合油 食塩 こしょう	★ セタのついで ★ ぶっかけセタそうめん そうめん・ひやむぎ 葉ねぎ 乾しいたけ めんつゆ にんじん 鶏卵 きゅうり とうもろこし海老のかき揚げ スイートコーン えだまめ 薄力粉 むきえび 食塩 かたくり粉 鶏卵 調合油	シーフードピラフ 米 むきえび たまねぎ グリーンピース にんじん コンソメ 食塩 こしょう マッシュルーム水煮缶詰 ほたてがし	夏野菜のカレー 米 米粒麦 豚もも 調合油 たまねぎ 日本かぼちゃ にんじん トマト カレールー 食塩 こしょう にんにくおろし なす コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦 豆腐の中煮 ごま油 にんにくおろし 豚もも はくさい 乾しいたけ 木綿豆腐 かたくり粉 チンゲンサイ うずくめ水煮缶詰 にんじん 食塩 こいくちしょうゆ 鶏がらスープ	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のコーラ煮 鶏手羽 こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 炭酸飲料 ミモザサラダ ブロッコリー 鶏卵 マヨネーズ 食塩 こしょう みそ汁・ キャベツ ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ 添え野菜 ミニトマト	
	竹輪とほうれん草のソテー ほうれんそう スイートコーン 生竹輪 調合油 食塩 こしょう	ポテトサラダ じゃがいも きゅうり ロースハム にんじん たまねぎ マヨネーズ	旬のフルーツ ..	コンソメスープ・ はくさい 皮つきウインナー ぶなしめじ コンソメ 食塩	生野菜ツナサラダ レタス きゅうり トマト たまねぎ フレンドレッシング まぐろ缶詰	ナムル ほうれんそう にんじん りよくとうもやし うすくちしょうゆ 食塩 ごま油 わかめスープ カットわかめ たまねぎ こねぎ ごま だし 食塩 うすくちしょうゆ	旬のフルーツ ..	
	みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし	にら玉汁 にら 鶏卵 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし かたくり粉		ゼリー(cupぶどう) ぶどう飲料	パインヨーグルト パインアップル缶詰 ヨーグルト			
	フチゼリー ゼリー	添え野菜 トマト						
	3時	コンソメスープ コンソメ 水 クルトン バゼリ スナックパン スナックパン	牛乳おやつ 普通牛乳 サブ 薄力粉 マーガリン 車糖	麦茶 麦茶 おにぎり(わかめ)おやつ 米 カットわかめ きずのり 食塩 おやついりこ かえりちりめん	牛乳おやつ 普通牛乳 カステラ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 ジャムゼリー 食パン いちごジャム	牛乳おやつ 普通牛乳 七タゼリー りんご飲料 クリーム ラムネ パインアップル缶詰 ビスケット ビスケット	牛乳おやつ 普通牛乳 ジャムサンド こむぎ ベーキングパウダー 車糖 水 なたね油 えだまめ
	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値
		9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)
	9時	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやついり(朝) かえりちりめん	牛乳 普通牛乳 おやついり(朝) かえりちりめん	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん
		親子丼 米 米粒麦 鶏卵 鶏もも たまねぎ 根深ねぎ 切りみつば 生しいたけ 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 車糖 混合だし みりん風調味料	梅ご飯 米 米粒麦 梅干し 揚げサンのおろしかけ まさば 清酒 かたくり粉 調合油 大根 こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 こしょう	ナポリタン マカロニスパゲッティ 皮つきウインナー たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 青ピーマン 調合油 食塩 こしょう ケチャップ ウスターソース コンソメ	ハヤシライス 米 米粒麦 牛もも たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 調合油 ハヤシルウ トマト グリーンピース 食塩 こしょう にんにくおろし スイートワイン コンソメ	炊き込みご飯 米 鶏もも にんじん ごぼう 油揚げ ぶなしめじ たけのこ水煮 うすくちしょうゆ 料理酒	麦ご飯 米 米粒麦 回鍋肉 牛もも 清酒 にんにくおろし しょうが こいくちしょうゆ かたくり粉 調合油 キャベツ 青ピーマン 混合だし 赤だしみそ 淡色辛みそ こいくちしょうゆ 車糖 ごま油	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のマーメレード焼き 鶏もも 食塩 こしょう こいくちしょうゆ マーメレード 切干大根煮 切干しだいこん にんじん 油揚げ きやいんげん 車糖 こいくちしょうゆ
胡瓜の昆布和え きゅうり 塩昆布		小松菜のお浸し こまつな にんじん かつお削り節 車糖 こいくちしょうゆ	コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ	キャベツとツナのサラダ キャベツ きゅうり かつお缶詰 フレンドレッシング スイートコーン	さわらの塩焼き さわら 食塩	大根と平天の煮物 大根 平てん きやいんげん うすくちしょうゆ 本みりん	みそ汁・ 西洋かぼちゃ たまねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ 添え野菜(とうもろこし) とうもろこし 食塩	
みそ汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし		ずまし汁 おつゆ 切りみつば ぶなしめじ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ	ゼリー(GUP) ぶどう飲料	桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト	さわらの塩焼き さわら 食塩	春雨の酢の物 きゅうり 切りみつば りよくとうもやし ロースハム 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ	中華スープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ ごま フチゼリー ゼリー	
旬のフルーツ ..		ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト						
3時		牛乳おやつ 普通牛乳 焼き立てパン(ハム) 強力粉 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 ロースハム	牛乳おやつ 普通牛乳 じゃがいも キャベツ マーガリン 食塩 バゼリ	牛乳おやつ 普通牛乳 せんべい 塩せんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 マシュマロおこし マシュマロ マーガリン コーンフレーク	牛乳おやつ 普通牛乳 スティックさつま さつまいも 調合油 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 みたらし団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 ラスク フランスパン マーガリン グラニュー糖
成分値		成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値
		9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)

*都合により献立を変更することがあります。

7月献立表

令和2年 7月

[未満児]

	17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	
9時	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう			
★ 誕生会 ★	★ 誕生会 ★ サダ 寿司 米 穀物酢 車糖 食塩 本みりん キザミソ コースハム かに風味かまぼこ きゅうり 鶏卵 まぐろ缶詰 マヨネーズ	焼きそば 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ りよくとうもろやし 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり ウスターソース	ロールパン ロールパン ポークビーンズ だいず水煮 皮つきウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん トマト缶詰 ケチャップ 食塩 こしょう 車糖 ぶなしめじ ウスターソース パセリ にんにくおろし コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦 鮭の塩麹焼き しろさけ 塩麹 ひじき煮(大豆) ほしひじき にんじん 油揚げ だいず水煮 さやいんげん こいくちしょうゆ みりん 車糖 料理酒	野菜ラーメン 中華めん 食塩 こいくちしょうゆ 清酒 ごま油 にんじん 豚もも 生しいたけ チンゲンサイ りよくとうもろやし 葉ねぎ たまねぎ 鶏卵 鶏がらスープ	★ 祝日 ★	★ 祝日 ★	
	竹輪の天ぷら 生竹輪 プレミックス粉 調合油	中華スープ チンゲンサイ 生しいたけ カットわかめ だし 食塩 こしょう 焼きそばソース	スパゲッティサラダ マカロニ・スパゲッティ たまねぎ きゅうり スイートコーン まぐろ缶詰 マヨネーズ	卵豆腐のすまし汁 たまご豆腐 ぶなしめじ 切りみつば うすくちしょうゆ 食塩 混合だし	シュウマイ(副菜) 豚ひき肉 たまねぎ しょうが こいくちしょうゆ 食塩 こしょう ごま油 しゅうまいの皮 かたくり粉 料理酒			
	ほうれん草と白菜のおかか和 ほうれん草 はくさい 花かつお こいくちしょうゆ 車糖	ゼリー(cupぶどう) ぶどう飲料	みかんヨーグルト みかん缶詰 ヨーグルト	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..			
	すまし汁 おつゆ麩 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし							
	ゼリー(cupオレンジ) ゼリー							
	牛乳おやつ 普通牛乳 パンケーキ パンケーキ缶詰 薄力粉 ベーキングパウダー 車糖 鶏卵 マーガリン	牛乳おやつ 普通牛乳 バナナチップス バナナ ビスケット ビスケット マリー	麦茶 麦茶 おにぎり(かつお)おやつ 米 花かつお きずのり 食塩 こいくちしょうゆ おやつ昆布 らうすこんぶ	牛乳おやつ 普通牛乳 茹でとうもろこし スイートコーン	牛乳おやつ 普通牛乳 卵ロールサンド ロールパン 鶏卵 マヨネーズ			
	<一日合計> エネルギー : 821 kcal 脂 質 : 27.1 g たんぱく質 : 23.1 g 塩 分 : 2.7 g カルシウム : 305 mg	<一日合計> エネルギー : 606 kcal 脂 質 : 17.3 g たんぱく質 : 16.3 g 塩 分 : 1.2 g カルシウム : 320 mg	<一日合計> エネルギー : 543 kcal 脂 質 : 20.4 g たんぱく質 : 20.6 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 305 mg	<一日合計> エネルギー : 518 kcal 脂 質 : 13.2 g たんぱく質 : 23.6 g 塩 分 : 1.4 g カルシウム : 298 mg	<一日合計> エネルギー : 607 kcal 脂 質 : 21.6 g たんぱく質 : 25.7 g 塩 分 : 2.1 g カルシウム : 257 mg	<一日合計> エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	<一日合計> エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	
	25(土)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)		
	9時	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	
	★ 誕生会 ★	焼きビーフン 焼きビーフン 大袋 たまねぎ にんじん 青ピーマン 豚ばら キャベツ こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 鶏がらスープ 調合油	イロロール ロールパン ひき肉のトマトグラタン あいびき マカロニ たまねぎ にんにくおろし トマト缶詰 普通牛乳 ホリトソース ピザチーズ 調合油 コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦 カレイの照り焼き まがけい こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 冷しゃぶサラダ 豚もも レタス ミニトマト きゅうり カットわかめ コマダレ たまねぎ みそ汁 こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし スティックチーズ キャンデーチーズ	麦ご飯 米 米粒麦 ジャーマンオムレツ 鶏卵 じゃがいも 皮つきウインナー ブロッコリー ピザチーズ 食塩 こしょう 普通牛乳 たまねぎ ワカサギ キャベツ きゅうり まぐろ缶詰 和風ドレッシング カットわかめ みそ汁 ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし プチゼリー ゼリー	麦ご飯 米 米粒麦 チキンカツ 鶏むね 食塩 こしょう 薄力粉 にんじん 鶏卵 パン粉 調合油 胡瓜とわかめの酢の物 きゅうり カットわかめ しらす干し 穀物酢 車糖 食塩 鶏がらスープ みそ汁 じゃがいも たまねぎ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ 添え野菜 トマト	マーマレード なす あいびき 青ピーマン にんじん 赤だしみそ にんにくおろし しょうが 調合油 清酒 車糖 こいくちしょうゆ ごま油 パブリカ 鶏がらスープ もやしとカニカマのサラダ りよくとうもろやし かに風味かまぼこ きゅうり 胡麻ドレッシング 中華スープ 緑豆はるさめ チンゲンサイ 生しいたけ たけのこ水煮 だし うすくちしょうゆ 旬のフルーツ ..	
中華スープ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ ごま		冬瓜のスープ どうがん 緑豆はるさめ ペーコン コンソメ						
ゼリー(GUP) ぶどう飲料		旬のフルーツ ..						
牛乳おやつ 普通牛乳 源氏パイ 源氏パイ キャンデーチーズ キャンデーチーズ		麦茶 麦茶 おにぎり(ゆかり)おやつ 米 ゆかりふりかけ ごま おやつこんぶ おやつこぶ	牛乳おやつ 普通牛乳 キャベツとじゃこのパスタ マカロニ・スパゲッティ キャベツ しらす干し にんにくおろし オリーブ油 食塩 こいくちしょうゆ パブリカ	牛乳おやつ 普通牛乳 揚げ様エビ さくらえび プレミックス粉 調合油	麦茶 麦茶 フルーツヨーグルト もも缶詰 バナナ みかん缶詰 車糖 ヨーグルト コーンフレーク	牛乳おやつ 普通牛乳 ポップコーン とうもろこし 調合油 食塩 有塩バター		
<一日合計> エネルギー : 483 kcal 脂 質 : 21.6 g たんぱく質 : 14.9 g 塩 分 : 0.6 g カルシウム : 304 mg		<一日合計> エネルギー : 502 kcal 脂 質 : 14.6 g たんぱく質 : 16.2 g 塩 分 : 1.4 g カルシウム : 252 mg	<一日合計> エネルギー : 505 kcal 脂 質 : 15.6 g たんぱく質 : 26.9 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 381 mg	<一日合計> エネルギー : 557 kcal 脂 質 : 22.8 g たんぱく質 : 25.3 g 塩 分 : 2.1 g カルシウム : 459 mg	<一日合計> エネルギー : 466 kcal 脂 質 : 11.6 g たんぱく質 : 20.9 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 259 mg	<一日合計> エネルギー : 480 kcal 脂 質 : 17.4 g たんぱく質 : 16.8 g 塩 分 : 1.1 g カルシウム : 341 mg		

*都合により献立を変更することがあります。