



7月度の献立表

日付	献立	主な材料名
1日(月)	チキンライス 白身魚フライ 野菜スープ	鶏もも肉 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース 本しめじ 骨なしホキ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 大根 玉ねぎ 人参 (冷)コーン
2日(火)	夏野菜カレー グリーンサラダ	豚肉 南瓜 玉ねぎ 人参 茄子 (冷)コーン パーモントカレールウ ジャワカレールウ インドカレールウ キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤・黄)
3日(水)	チキンカツ 切り干し大根の炒り煮 三色ナムル 味噌汁	鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 切り干し大根 うす揚げ 人参 太もやし 小松菜 人参 白ごま 玉ねぎ 青ねぎ
4日(木)	ピビンパ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ 水煮ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 煮込みちくわ 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布 キムチ
5日(金)	鶏肉のレモン風味 大根とさつま揚げの煮物 ポテトサラダ すまし汁	鶏もも肉 片栗粉 レモン果汁 キャベツ 大根 さつま揚げ じゃが芋 胡瓜 人参 卵 豆腐 青ねぎ
6日(土)	豚丼 じゃこ豆腐サラダ 味噌汁	豚肉 玉ねぎ 糸こんにゃく(国) 人参 (冷)グリーンピース 豆腐 太もやし わかめ(国) 胡瓜 ちりめんじゃこ キャベツ うす揚げ
8日(月)	鯖の竜田揚げ 高野豆腐の玉子とじ わかめの酢の物 味噌汁 キムチ	骨なしさば 土生姜 片栗粉 キャベツ 高野豆腐 (冷)グリーンピース 卵 わかめ(国) 胡瓜 人参 ちくわ 大根 青ねぎ キムチ
9日(火)	ヤムニョムチキン 春雨と小松菜の炒め物 もやしの磯和え 味噌汁	鶏もも肉 土生姜 にんにく 白ごま キャベツ 春雨 豚ミンチ 小松菜 玉ねぎ 人参 土生姜 太もやし 胡瓜 刻みのり おつゆ麩 わかめ(国)
10日(水)	ちゃんぽん麺 チャーハン	中華そば 豚パラスライス 煮込みちくわ キャベツ 玉ねぎ 人参 太もやし 青ねぎ きくらげ 色板かまぼこ 焼豚 玉ねぎ 青ねぎ 人参 卵 白ごま
11日(木)	十六穀米 豚肉生姜焼き 金平ごぼう ジャーマンポテト 味噌汁	十六穀米 豚肉 玉ねぎ 太もやし ピーマン キャベツ 土生姜 ごぼう(国) 人参 白ごま じゃが芋 玉ねぎ ポークハム 豆腐 青ねぎ
12日(金)	木の葉丼 茹で豚のごまドレ和え 味噌汁	玉ねぎ 色板かまぼこ うす揚げ 干しいたけ 卵 青ねぎ 豚肉 キャベツ 人参 (冷)コーン そうめん わかめ(国)
16日(火)	カレーチャーハン いか&じゃが芋の唐揚げ 春雨スープ	豚ミンチ 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース 卵 カレー粉 ロールイカ じゃが芋 小麦粉 卵 春雨 チンゲン菜 人参
17日(水)	キムチチゲ れんこんはさみフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ たら 大根 えのき茸 豆腐 キムチ 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
18日(木)	肉団子の中華あん 和風きのこスパゲティ キャベツの塩昆布和え かき玉汁	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 水煮たけのこ きくらげ 片栗粉 スパゲティ 本しめじ えのき茸 キャベツ 塩吹き昆布 卵 青ねぎ
19日(金)	キムチロールカツ フライピーンズ 小松菜と人参のナムル 味噌汁	豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 水煮大豆 白ごま 小松菜 人参 白ごま おつゆ麩 わかめ(国)
20日(土)	焼きそば けんちん汁 じゃこおにぎり 《小学校・節食給食》 じゃこおにぎり けんちん汁	焼きそば 豚パラスライス キャベツ 太もやし 人参 青のり粉 花かつお 大根 人参 さつま芋 つきこんにゃく(国) 煮込みちくわ うす揚げ 青ねぎ ちりめんじゃこ 白ごま 大根 人参 さつま芋 つきこんにゃく(国) 煮込みちくわ うす揚げ 青ねぎ ちりめんじゃこ 白ごま
22日(月)	鶏のトマト煮込み 大学芋 小松菜のおかか和え 味噌汁	鶏もも肉 小麦粉 玉ねぎ 本しめじ ホールトマト缶 キャベツ さつま芋 黒ごま はちみつ 小松菜 人参 花かつお わかめ(国) 青ねぎ
23日(火)	散らし寿司 ちくわの磯辺揚げ ぶっかけ素麺	高野豆腐 人参 干しいたけ ちりめんじゃこ 卵 (冷)グリーンピース 刻みのり ピンク甘酢生麩 煮込みちくわ 小麦粉 卵 青のり粉 そうめん 人参 青ねぎ

都合により献立が変更になる場合があります。

5日(金) 幼稚園・お楽しみ給食

鶏肉のレモン風味 エビフライ フライドポテト 焼きそば
大根とさつま揚げの煮物 ポテトサラダ すまし汁 フルーツヨーグルト

こども園

13日(土) お好み焼き 大根としらすのポン酢和え
すまし汁

キャベツ 豚ミンチ むきえび 青ねぎ 天かす お好み焼き粉 卵 青のり粉
花かつお 大根 しらす わかめ(国) えのき茸 うす揚げ

