

# 7月度の献立表

日付	献立	主な材料名
1日(火)	鶏肉のねぎだれ和え バターコーン 根菜ナムル 味噌汁	鶏もも肉 玉葱 青ねぎ 土生姜 にんにく 片栗粉 キャベツ (冷)コーン 人参 バター ごぼう(国) 大根 ピーマン パプリカ(赤・黄) えのき茸 うす揚げ わかめ(国)
2日(水)	肉団子の中華あん ベーコンのスパンテー もやしの磯和え スープ	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 ベーコン (冷)コーン 玉ねぎ 太もやし 刻みのり キャベツ 本しめじ
3日(木)	キムチロールカツ 大根とちくわの煮物 ピーマンのじゃこ炒め 味噌汁	豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 大根 人参 煮込みちくわ ピーマン ちりめんじゃこ 玉ねぎ おつゆ麩 うす揚げ 青ねぎ
4日(金)	ちらし寿司 鶏天 すまし汁	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 桜でんぶ 鶏むね肉 オクラ 小麦粉 卵 そうめん 色板かまぼこ 青ねぎ
5日(土)	ちゃんぽん麺 ミニ卵チャーハン	中華そば 豚肉 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 卵 玉ねぎ 青ねぎ 人参 白ごま
7日(月)	夏野菜カレー グリーンサラダ	豚肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 なす オクラ 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)
8日(火)	キムチチゲ れんこん挟みフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ なら 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
9日(水)	たらの幽庵焼き れんこんとこんにやくのそぼろ煮 胡瓜とわかめの酢の物 すまし汁 キムチ	骨なしたら レモン果汁 レモン キャベツ 鶏ももミンチ (冷)れんこん 板こんにやく(国) 太もやし 胡瓜 人参 わかめ(国) 豆腐 花麩 オクラ キムチ
10日(木)	ピピンパ 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) 青ねぎ 白ごま キムチ
11日(金)	豚カツ ひじき煮 大根のさっぱり和え 味噌汁	豚ロースカツ肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ ひじき 人参 つきこんにやく(国) 水煮大豆 大根 胡瓜 白ごま 玉ねぎ おつゆ麩 青ねぎ
14日(月)	チンジャオロース 含め煮 れんこんサラダ 味噌汁	牛肉 にんにく 土生姜 水煮たけのこ 玉ねぎ ピーマン パプリカ(赤・黄) 片栗粉 高野豆腐 干しいたけ 人参 金平れんこん 胡瓜 白ごま 玉ねぎ わかめ(国) 青ねぎ
15日(火)	鶏肉の唐揚げ 金平ごぼう 小松菜の和え物 ミネストローネ	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 小麦粉 キャベツ ごぼう(国) 人参 白ごま 小松菜 うす揚げ マカロニ 玉ねぎ 人参 本しめじ ホールトマト缶
16日(水)	豚じゃが キャベツの玉子炒め もやしのごま和え 味噌汁	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにやく(国) (冷)グリーンピース キャベツ 卵 太もやし 胡瓜 煮込みちくわ 白ごま おつゆ麩 うす揚げ 青ねぎ
17日(木)	ハンバーグ・デミグラスソース風 フライビーンズ きのこのマリネ かき玉汁	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ 玉ねぎ マッシュルーム缶 ビーフシチュールー 水煮大豆 白ごま 玉ねぎ 本しめじ えのき茸 しいたけ ピーマン 人参 卵 青ねぎ
18日(金)	チキンチャップ イカとチンゲン菜の中華風 ポテトサラダ 味噌汁	鶏もも肉 小麦粉 玉ねぎ キャベツ チンゲン菜 きくらげ ロールイカ 玉ねぎ じゃが芋 人参 卵 大根 うす揚げ わかめ(国)
19日(土)	焼きそば じゃこおにぎり 豚汁 《小学校・節食給食》 じゃこおにぎり 豚汁	焼きそば 豚バラスライス キャベツ 太もやし 人参 青のり粉 花かつお 豚肉 大根 人参 ごぼう(国) つきこんにやく(国) うす揚げ 青ねぎ ちりめんじゃこ 白ごま 豚肉 大根 人参 ごぼう(国) つきこんにやく(国) うす揚げ 青ねぎ ちりめんじゃこ 白ごま
22日(火)	鶏肉の照り焼き丼 豆腐サラダ 味噌汁	鶏もも肉 土生姜 卵 刻みのり 豆腐 キャベツ わかめ(国) 人参 玉ねぎ おつゆ麩 青ねぎ
23日(水)	十六穀米 鯖の竜田揚げ 大根のそぼろあん れんこんのカレーマリネ 味噌汁 キムチ	骨なしさば 土生姜 片栗粉 キャベツ 鶏ももミンチ 大根 片栗粉 金平れんこん 人参 カレー粉 おつゆ麩 わかめ(国) 青ねぎ キムチ

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園		
12日(土)	チャプチェ風 切り干し大根の炒り煮 茹でとうもろこし 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ 春雨 人参 小松菜 しいたけ パプリカ(赤・黄) にんにく 白ごま 切り干し大根 うす揚げ 人参 とうもろこし キャベツ えのき茸 青ねぎ