

# 2021年 7月献立表

\*献立の後半の日付は、行事の関係で順不同となっておりますのでご了承ください。  
 \*都合によりメニューが変更されることがあります。  
 \*(果物)は、幼児の果物はありません。  
 \*ぞう組、21日(水)はお泊り保育です。おにぎりをご用意ください。

日	1日(木)	2日(金)	3日(土)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	誕生会	10日(土)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	17日(土)
献立名	ごはん 魚の梅煮 ツナの三色和え お麩と白菜のみそ汁	ビビンバ きゅうりの酢漬け わかめとチンゲン菜のスープ	ビーフライス ほうれん草のスープ	ごはん 魚のレモンソース和え ひじきのサラダ 呉汁	五目みそうどん かぼちゃの筑前煮 枝豆	夏野菜カレー キャベツの甘酢和え キラピカスープ	ごはん 挽肉入り擬製豆腐 切干大根煮 茄子のみそ汁	ちらし寿司 高野豆腐の卵とじ 湯葉のすまし汁	豆腐のあんかけ丼 しる菜と厚揚げのみそ汁	ごはん 焼き鳥 人参のみそマヨサラダ カレー豚汁	スープスパゲティ じゃがいものインド風煮 ほうれん草のソテー	ごはん 魚のちゃんちゃん焼き けんちんすまし汁	ハヤシライス 豆サラダ レタスのスープ	焼きビーフン 白菜とコーンのスープ
材料名	米 魚(あかうお) しょうが 梅干し しょうゆ 酒 みりん 砂糖 ツナ コーン 三度豆 人参 しょうゆ 砂糖 酢 ごま お麩 白菜 薄揚げ 人参 玉ねぎ 青ねぎ えのき だしかつお みそ 果物	米 牛肉 人参 しょうゆ 砂糖 酢 酒 ほうれん草 もやし にんにく しょうが みそ ごま油 油 きゅうり 人参 砂糖 酢 ごま お麩 白菜 薄揚げ 人参 玉ねぎ 青ねぎ えのき だしかつお みそ チキンスープ 塩 こしょう チキンスープ 塩 こしょう 果物	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ 青ねぎ にんにく 塩 こしょう 油 しょうゆ 鶏肉 ほうれん草 人参 えのき 塩 こしょう チキンスープ 豚肉 大根 人参 かぼちゃ しめじ 大豆水煮 青ねぎ みそ だしかつお 果物	米 魚(メルルーサ) 塩 こしょう 片栗粉 砂糖 酒 レモン果汁 しょうゆ 油 鶏肉 ひじき きゅうり 人参 しょうゆ 砂糖 酢 豚肉 大根 人参 かぼちゃ しめじ 大豆水煮 青ねぎ みそ だしかつお 果物	うどん 油 豚肉 人参 しめじ ちくわ 青ねぎ 薄揚げ 白菜 だしかつお だし昆布 砂糖 みりん みそ しょうゆ 鶏肉 かぼちゃ 人参 ごぼう こんにやく 三度豆 だしかつお しょうゆ 砂糖 みりん 塩 枝豆 塩 果物	米 牛肉 かぼちゃ 玉ねぎ トマト 茄子 三度豆 ピーマン りんご ローリエ 油 カレールー にんにく しょうが キャベツ 砂糖 塩 りんご酢 人参 鶏肉 おくら チキンスープ 塩 こしょう 果物	米 豆腐 鶏卵 鶏挽肉 しいたけ 三度豆 人参 砂糖 しょうゆ 人参 酢 切干大根 人参 薄揚げ 干しいたけ だしかつお 砂糖 塩 茄子 玉ねぎ 人参 青ねぎ みそ だしかつお 果物	米 きゅうり 塩 かんぴょう 鶏肉 砂糖 しょうゆ 干しいたけ 人参 酢 だし昆布 高野豆腐 鶏卵 人参 しいたけ 三度豆 砂糖 みりん 酒 茄子 玉ねぎ 人参 青ねぎ みそ だしかつお 果物	米 豆腐 鶏挽肉 人参 ほうれん草 しいたけ 三つ葉 しょうが しょうゆ 酒 みりん 塩 片栗粉 だしかつお しる菜 えのき 厚揚げ みそ だしかつお 果物	米 鶏肉 しょうが しょうゆ 砂糖 みりん 人参 もやし きゅうり ツナ みそ マヨドレ 砂糖 豚肉 大根 人参 じゃがいも 玉ねぎ 薄揚げ 青ねぎ だしかつお カレー粉 コンソメ ほうれん草 玉ねぎ コーン エリンギ 塩 こしょう しょうゆ 油 果物	スパゲティ 油 ウインナー コーン しめじ 玉ねぎ 人参 豆乳 クリームコーン コンソメ ローリエ 塩 こしょう 油 じゃがいも 合挽肉 人参 グリーンピース 塩 こしょう カレー粉 コンソメ ほうれん草 玉ねぎ コーン エリンギ 塩 こしょう しょうゆ 油 果物	米 魚(さけ) 塩 こしょう キャベツ 人参 玉ねぎ しめじ みそ みりん 砂糖 しょうゆ 豚肉 人参 きゅうり りんご 醤油 大豆水煮 さつまいも 人参 きゅうり しょうゆ りんご酢 油 玉ねぎ 砂糖 レタス 鶏肉 えのき コーン コンソメ 塩 こしょう 果物	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース トマト水煮 りんご 赤ワイン ハヤシライスルー ローリエ 油 大豆水煮 さつまいも 人参 きゅうり しょうゆ りんご酢 油 玉ねぎ 砂糖 レタス 鶏肉 えのき コーン コンソメ 塩 こしょう 果物	ビーフン 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし にら チキンスープ しょうゆ こしょう 油 塩 白菜 えのき コーン 鶏肉 塩 こしょう チキンスープ 果物
おやつ	みかんヨーグルト	市販菓子	市販菓子	市販菓子	炊き込みごはんのおにぎり	七タゼリー	マーブルケーキ	オレンジチーズムース	市販菓子	市販菓子	わかめと人参のおにぎり	水ようかん	マーラーカオ	市販菓子
	市販菓子	レーズンスティック	♪	市販菓子	コーンおにぎり	♪	市販菓子	♪	市販菓子	卵ロールサンド	赤飯おにぎり	乳児:ふかしいも 幼児:とうもろこし	市販菓子	市販菓子

※延長保育のおやつは、卵、乳不使用のせんべいやクラッカー、クッキーなどを提供しています。  
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズです。

お や つ	1日(木)	2日(金)	3日(土)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	17日(土)
	みかんヨーグルト	市販菓子	市販菓子	市販菓子	炊き込みごはんのおにぎり	セタゼリー	マーブルケーキ	オレンジチーズムース	市販菓子	市販菓子	わかめと人参のおにぎり	水ようかん	マーラーカオ	市販菓子
	ヨーグルト みかん缶詰 砂糖				米 鶏肉 しめじ 人参 こんにゃく しょうゆ みりん 酒 塩	りんごジュース 砂糖 ゼラチン ぶどうジュース 寒天	ホットケーキミックス 砂糖 鶏卵 バター ココア 牛乳	オレンジジュース ゼラチン クリームチーズ 生クリーム レモン果汁 砂糖			米 人参 しょうゆ 砂糖 わかめ 塩 酒	こしあん 粉寒天 砂糖 塩	小麦粉 ベーキングパウダー 黒糖 鶏卵 しょうゆ 豆乳 塩 レーズン	
	16日(金)	20日(火)	♪	26日(月)	21日(水)	♪	19日(月)	♪	24日(土)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
	市販菓子	レーズン スティック	♪	市販菓子	コーンおにぎり	♪	市販菓子	♪	市販菓子	卵ロールサンド	赤飯おにぎり	乳児:ふかしいも 幼児:とうもろこし	市販菓子	市販菓子
		小麦粉 片栗粉 バター 砂糖 レーズン 牛乳 ベーキングパウダー			米 コーン しょうゆ 塩					麦ロール 鶏卵 きゅうり マヨドレ 塩 こしょう	米 もち米 あずき 塩	さつまいも とうもろこし		