

令和6年 7月献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通							
日	曜	おやつ	主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名		
1	月	ちりめん 麦茶		魚のお好み焼き	エソミンチ 生姜 玉葱 人参 キャベツ 葱 小麦粉 塩こしょう スキムミルク ソース マヨネーズ かつお節 青のり	かき玉汁	卵 玉葱 人参 豆腐 わかめ 薄口醤油 みりん かつお節 昆布	ミニトマト	レーズンマフィン 牛乳	ホットケーキミックス ベーキングパウダー レーズン 卵 バター 砂糖 スキムミルク 粉糖	
2	火	キウイ 麦茶		鶏肉と大豆のトマト煮	鶏肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	☆キャベツの さっぱり和え	キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 大葉 ツナ缶 砂糖 醤油 レモン汁	バナナ	カルシウムラスク 牛乳	食パン バター 粉チーズ スキムミルク 青のり ごま	
3	水	ヨーグルト 麦茶		豆腐チャンプルー	豚肉 豆腐 卵 玉葱 人参 エリンギ もやし ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	小松菜のお浸し	小松菜 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節	オレンジ	マカロニきなこ 牛乳	マカロニ きなこ 砂糖 塩	
4	木	チーズ 麦茶		七タカレー	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 オクラ 油 カレールー スキムミルク	スパゲティサラダ	スパゲティ麺 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	キウイ	お星さまクッキー カルピス	小麦粉 卵黄 バター 砂糖 いちごジャム	
5	金	オレンジ 牛乳		西京煮	鶏肉 人参 ごぼう 生椎茸 じゃが芋 こんにゃく 青梗菜 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干し	胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 かまぼこ 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	昆布おにぎり 麦茶	米 塩昆布 醤油 かつお節 ごま	
6	土	キウイ 麦茶		海鮮ビーフン	豚肉 いか えび 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ビーフン麺 ごま油 鶏がらスープの素 塩こしょう	黒ごまさつま	さつま芋 砂糖 醤油 黒ごま	チーズ	菓子 牛乳	菓子	
8	月	バナナ 麦茶		夏野菜キッシュ	卵 ベーコン 玉葱 人参 南瓜 茄子 赤パプリカ 黄パプリカ バター 塩こしょう 牛乳 スキムミルク チーズ ケチャップ	ひじきと厚揚げのソー ふりかけ	ひじき 厚揚げ 玉葱 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油 いらりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	ミニトマト	スティックパイ 牛乳	冷凍パイシート バター グラニュー糖	
9	火	オレンジ 麦茶		具だくさん味噌汁	鶏肉 玉葱 人参 ごぼう じゃが芋 キャベツ 豆腐 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干し	オクラ納豆	納豆 オクラ 人参 ちりめん 砂糖 醤油 ごま	キウイ	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク	
10	水	ヨーグルト 麦茶		豚肉のチャプチェ	豚肉 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	☆パンパングー風 サラダ	切干大根 胡瓜 トマト ツナ缶 マヨネーズ 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	バナナ	チーズ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス チーズ 牛乳 スキムミルク	
11	木	キウイ 牛乳		☆照り焼きチキン	鶏肉 砂糖 醤油 みりん 酒	野菜のうま煮	人参 茄子 南瓜 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干し	ミニトマト	マスカットゼリー 麦茶	マスカットジュース 砂糖 アガー	
12	金	ちりめん 麦茶		高野豆腐の卵とじ	鶏肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 葱 油 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干し	小松菜のごま和え	小松菜 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 青のり 塩	
13	土	チーズ 麦茶		ミネストローネ	ウインナー ベーコン 玉葱 人参 ホールトマト缶 しめじ じゃが芋 キャベツ ケチャップ コンソメ 砂糖 パセリ	オクラサラダ	オクラ レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	バナナ	菓子 牛乳	菓子	
16	火	オレンジ 麦茶		鮭のごま味噌焼き	鮭 塩こしょう 味噌 砂糖 みりん ごま	ブロッコリーソー テー	ブロッコリー 玉葱 人参 ちりめん 油 砂糖 醤油	ミニトマト	芋ようかん 牛乳	さつま芋 砂糖 粉寒天	
17	水	ヨーグルト 麦茶		八宝菜	豚肉 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	キウイ	あんバターサンド 牛乳	食パン こしあん バター	
18	木	バナナ 牛乳		そぼろ肉じゃが	合挽ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干し	野菜のゆかり和え	キャベツ 胡瓜 人参 ゆかり 砂糖 醤油	オレンジ	カル鉄おにぎり 麦茶	米 ちりめん 小松菜 チーズ 醤油 かつお節	
19	金	キウイ 麦茶		大豆とひじきの卵焼き	卵 鶏ミンチ 大豆 ひじき 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 スキムミルク	レバーのケチャップ煮 ふりかけ	鶏レバー 生姜 玉葱 人参 グリンピース ケチャップ コンソメ 砂糖 いらりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	ミニトマト	黒ごまふんわりクッキー 牛乳	ホットケーキミックス 黒ごま バター 砂糖 牛乳 スキムミルク	
20	土	オレンジ 麦茶		カレー風味焼きそば	豚肉 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン ちくわ 中華麺 ごま油 ソース カレー粉 塩こしょう	わかめスープ	わかめ 玉葱 人参 豆腐 鶏がらスープの素 醤油 煮干し	チーズ	菓子 牛乳	菓子	
22	月	ちりめん 麦茶		トマト入り麻婆豆腐	豚ミンチ トマト 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	ふかしとうもろこし 牛乳	とうもろこし 塩	
23	火	キウイ 麦茶		カルシウム親子丼	鶏肉 卵 玉葱 人参 しめじ ひじき 小松菜 チーズ 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干し	☆ちりめん の甘酢和え	ちりめん キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 ごま	オレンジ	すなっ麩 牛乳	麩 バター グラニュー糖	
24	水	バナナ 牛乳		☆鯰フライ オーロラソース	鯰 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ マヨネーズ	カリカリ ベーコンサラダ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	ミニトマト	肉味噌おにぎり 麦茶	米 豚ミンチ 味噌 砂糖 みりん 酒 青のり ごま	
25	木	ヨーグルト 麦茶		カラフル チンジャオロース	牛肉 ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 玉葱 人参 筍 えのき じゃが芋 ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 片栗粉	三色ナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油	キウイ	きなこ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス きなこ 小豆缶 牛乳 スキムミルク	
26	金	チーズ 麦茶		☆豚肉と ごぼうのうま煮	豚肉 ごぼう 玉葱 人参 しめじ 糸こんにゃく 厚揚げ ちくわ 葱 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干し	☆切干大根の ごま酢和え	切干大根 胡瓜 人参 トマト コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	コーントースト 牛乳	食パン クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう パセリ	
27	土	キウイ 麦茶		きつねうどん	鶏肉 油揚げ 玉葱 人参 干し椎茸 かまぼこ 葱 うどん麺 砂糖 醤油 みりん 煮干し	じゃこわかめ	わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油	オレンジ	菓子 牛乳	菓子	
29	月	バナナ 牛乳		ツナオムレツ	卵 ツナ缶 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	海苔チーズ納豆	納豆 刻み海苔 粉チーズ ほうれん草 砂糖 醤油	ミニトマト	五平もち 麦茶	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま	
30	火	オレンジ 麦茶		豆乳肉団子スープ	鶏ミンチ 生姜 塩こしょう 片栗粉 豆乳 玉葱 人参 しめじ 豆腐 もやし 葱 鶏がらスープの素 醤油 みりん	小松菜とちくわのマヨ和 え 振りかけ	小松菜 ちくわ 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ 醤油 いらりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	キウイ	南瓜ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス 南瓜 南瓜パウダー 砂糖 牛乳 スキムミルク バター 粉糖	
31	水	ちりめん 麦茶		豚肉と茄子の 味噌炒め	豚肉 茄子 玉葱 人参 厚揚げ ピーマン 油 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒	おかかひじきキャベツ	ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節	バナナ	☆いらりこ大豆 牛乳	いらりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま	

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります