



日	曜日	献立	黄の食べ物	赤の食べ物	緑の食べ物	午前おやつ (乳児)	午後おやつ	エネルギー量 幼児
			熱や力になる食品	血や肉になる食品	体の調子を整える食品			乳児
1	火	ごはん・すまし汁 カレイのムニエル メンマの炒り煮・パナナ	米・小麦粉・春雨・油・ごま・砂糖・ごま油	カレイ・鶏肉・ちくわ・バターオイル	メンマ・チンゲン菜・ねぎ・しらたき・にんじん・パナナ	牛乳 チーズ	麦茶 カラフルゼリー	579
								522
2	水	＜お誕生会給食＞ わかめとコーンのスープ ライオンキーマカレー 旬の野菜サラダ・メロンソーダゼリー	米・油・白ごま・砂糖・ごま油	豚ひき肉	キャベツ・玉ねぎ・きゅうり・コーン・にんじん・グリーンピース・ミニトマト・わかめ	牛乳 ボーロ	麦茶 ふりふりポテト	614
								543
3	木	ごはん・みそ汁（麴・わかめ） 枝豆揚げだんご 丘ひじきの和え物・冷やしトマト	米・麴・砂糖	鶏ひき肉・豆腐・味噌	もやし・玉ねぎ・丘ひじき・にんじん・ねぎ・枝豆・わかめ・トマト	牛乳 オレンジ	麦茶 すいかクッキー	664
								552
4	金	ごはん・山形のだし みそ汁（キャベツ・厚揚げ） 焼き魚（ほっけ） ジャンボいんげんの炒め物	米・油・砂糖	ほっけ・厚揚げ・味噌・ちくわ・かつお節	キャベツ・いんげん・きゅうり・オクラ・糸こんにゃく・なす・ごぼう・にんじん・わかめ	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	532
								467
5	土	焼きおにぎり・みそ汁（まいたけ） 春雨サラダ・くだもの	米・春雨・砂糖・ごま油	豆腐・味噌	キャベツ・きゅうり・三つ葉・まいたけ・にんじん	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
6	日							
7	月	＜七夕給食＞ ごはん・天の川すまし汁 ヤンニョムチキン ブロッコリーのお星さまサラダ パナナ	米・そうめん・油・片栗粉・砂糖・ごま	鶏肉・チーズ・味噌	きゅうり・ブロッコリー・にんじん・コーン・オクラ・ミニトマト・パナナ	牛乳 サンドイッチ	麦茶 麴のラスク	591
								534
8	火	ごはん・みそ汁（なめこ・豆腐） 赤魚の煮魚 五目きんぴら	米・砂糖・油	赤魚・豆腐・味噌	糸こんにゃく・れんこん・ごぼう・なめこ・にんじん・ねぎ・しょうが・干しいたけ	牛乳 オレンジ	麦茶 ビザトースト	653
								523
9	水	ごはん・カレー風味肉じゃが 栄養満点納豆 カニカマサラダ・トマト	米・じゃがいも・マヨネーズ・春雨・砂糖	納豆・豚肉・チーズ・アラスカ・かつお節	玉ねぎ・きゅうり・コーン・糸こんにゃく・ほうれん草・にんじん・グリーンピース・海苔・トマト	牛乳 ボーロ	麦茶 サンドイッチ	687
								595
10	木	おべんとうの日 つくしんぼ組給食参観・試食会				牛乳 蒸かし芋	麦茶 パンみみラスク	
11	金	ごはん・みそ汁（じゃが芋） さんまの梅干し煮 カリコリきゅうり	米・じゃがいも・麴・砂糖・ごま油	さんま・味噌	きゅうり・きゃべつ・にんじん・しょうが・梅干し・わかめ	牛乳 おせんべい	麦茶 フルーツゼリー	562
								483
12	土	鶏うどん キャベツの浅漬け くだもの	うどん	鶏肉	キャベツ・きゅうり・しめじ・にんじん・ねぎ・しいたけ・小松菜	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
13	日							
14	月	焼肉丼・わかめの中華スープ きゅうりの三五八漬け パナナ	米・春雨・ごま・砂糖・ごま油	豚肉・豚バラ肉	きゅうり・玉ねぎ・ねぎ・パプリカ・わかめ	牛乳 チーズ	麦茶 レモンクッキー	590
								556
15	火	ごはん・みそ汁（豆腐・なめこ） ピーマンの肉詰め 切り昆布の炒り煮	米・パン粉・小麦粉・片栗粉・砂糖	豚ひき肉・豆腐・味噌・油揚げ	ピーマン・玉ねぎ・キャベツ・なめこ・糸こんにゃく・三つ葉・切昆布・にんじん・ごぼう	牛乳 オレンジ	麦茶 じゃがチュロス	554
								481
16	水	ごはん・豚汁 さんまの蒲焼き カミカミごぼうサラダ	米・マヨネーズ・砂糖・油・片栗粉・ごま	さんま・豚肉・ツナ水煮・味噌	キャベツ・玉ねぎ・ごぼう・きゅうり・にんじん・コーン・いんげん	牛乳 ビスケット	麦茶 フルーツボンチ	677
								586

17	木	カラフルそうめん汁・ビビンバ丼 ブロッコリーの人参ソース すいか	米・そうめん・砂糖・ごま 油・油・白ごま	豚ひき肉	ブロッコリー・ぜんまい・ほう れん草・きゅうり・もやし・に んじん・トマト・コーン・すい か	牛乳 ボーロ	幼児：アイス 乳児：バナナ	493
								427
18	金	焼きおにぎり・みそ汁（豆腐・なめこ） 切り干し大根煮・みかん缶詰	米・砂糖	豆腐・味噌・油揚げ	チンゲン菜・系こんにゃく・な めこ・切干し大根・にんじん・ 干しいたけ・わかめ・みかん 缶詰	牛乳 蒸かし芋	麦茶 おせんべい	560
								519
19	土	カレーライス ブロッコリーのおかか和え	米・じゃがいも・油	豚肉・かつお節	玉ねぎ・ブロッコリー・にんじ ん・グリーンピース	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
20	日							
21	月							
22	火	わかめスープ 夏野菜カレー 春雨サラダ・トマト	米・油・春雨・ごま・砂 糖・ごま油	豚ひき肉・豆腐・アラスカ	玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・ ズッキーニ・ピーマン・なす・ パプリカ・ねぎ・にんじん・ト マト	牛乳 バナナ	麦茶 とうもろこし	599
								509
23	水	ごはん・野菜スープ 鶏肉の唐揚げ・パンプキンサラダ	米・マヨネーズ・油・片栗 粉	鶏肉・チーズ	かぼちゃ・キャベツ・きゅう り・玉ねぎ・コーン・にんじん	牛乳 ビスケット	麦茶 手作りプリン	568
								437
24	木	ごはん・みそ汁（なめこ・豆腐） おくら納豆・切干大根のサラダ オレンジ	米・砂糖・ごま油	豆腐・納豆・味噌・ちく わ・チーズ・かつお節	キャベツ・ねぎ・なめこ・きゅ うり・にんじん・オクラ・切り 干し大根・海苔・オレンジ	牛乳 チーズ	麦茶 手作りクッキー	602
								550
25	金	ごはん・すまし汁（えのき・麴） 鮭の西京焼き ひじきの炒り煮	米・砂糖・麴・油	鮭・ちくわ・味噌・油揚げ	キャベツ・えのき・ひじき・ね ぎ・にんじん・ごぼう	牛乳 おせんべい	麦茶 すいか	517
								364
26	土	肉そぼろごはん きゅうりの昆布和え くだもの	米・砂糖・油	豚ひき肉	きゅうり・玉ねぎ・にんじん・ 干しいたけ	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
27	日							
28	月	野菜味噌ラーメン きゅうりの三五八漬け すいか	中華麺・砂糖	チャーシュー・かまぼこ	きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・ もやし・すいか	牛乳 ボーロ	麦茶 フルーツゼリー	531
								447
29	火	ごはん・春雨スープ 鶏肉のレモン揚げ のりマヨサラダ バナナ	米・マヨネーズ・春雨・ 油・片栗粉・砂糖	鶏肉・ツナ水煮	きゅうり・キャベツ・にんじ ん・ねぎ・干しいたけ・レモ ン果汁・海苔・バナナ	牛乳 ビスケット	幼児：アイス 乳児：サンド イッチ	583
								458
30	水	ごはん・みそ汁（えのき・麴） 山形のだし・キスの天ぷら ぜんまい炒り煮	米・油・麴・砂糖・天ぷら 粉	キス・油揚げ・かつお節・ 味噌	ぜんまい・系こんにゃく・きゅ うり・オクラ・えのき・にんじ ん・なす・切り干し大根・ねぎ	牛乳 蒸かし芋	麦茶 すいか	479
								411
31	木	コンソメスープ（豆腐・豆苗） 焼きそば・わかめの酢の物 バナナ	焼きそば麺・砂糖・ごま 油・ごま	豚肉・豆腐・アラスカ・か まぼこ	キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・ 豆苗・コーン・ピーマン・にん じん・わかめ・青のり・バナナ	牛乳 オレンジ	麦茶 手作りクッキー	554
								465

7月の旬の食材



いんげん



とうもろこし



トマト



ひじき



かぼちゃ



ピーマン



きゅうり



すいか

- * 食材等の都合により、献立・おやつが変更になる場合があります。
- * 乳児（てんし・ばんだ・ひよこ）組は、午前中おやつがあります。（牛乳とくだものなど）
- * 幼児（ちょうちょう・たんぽぽ・つくしんぼ）組は、午前中に牛乳を飲みます。
- * アレルギーを考慮した献立（卵・くるみ・ピーナッツ・そばを使用しない）としています。
- * 加工食品（・中華麺・ちくわ・ウィンナー・マヨネーズ・かにかまぼこ）等は、卵を含まない製品を使用します。

