

# 献立表

2024/07月分

| 日  | 曜 | 午前おやつ(乳児)   | 昼食   | 午後おやつ(乳児・預かり)        |
|----|---|-------------|--|----------------------|
| 01 | 月 | 牛乳,あられ      | ごはん,味噌汁(小松菜・大根),鮭フライ,トマトと胡瓜のサラダ,お誕生会ゼリー(青りんご・ホイップ) | 牛乳,きなこマカロニ           |
| 02 | 火 | 牛乳,グレープフルーツ | ごはん,麦茶,トマトカレー,小松菜えのき和え,りんご                         | 牛乳,オレンジミルクケーキ        |
| 03 | 水 | 牛乳,キウイフルーツ  | ロールパン,ほうれん草ポタージュ(豆乳),かれいのごま焼き,キャベツと人参のサラダ,オレンジ     | 牛乳,フルーツポンチ           |
| 04 | 木 | 牛乳,バナナ      | ふりかけごはん(アレルギー対応),スープ(オクラ・わかめ),鶏肉のから揚げ,春雨サラダ,メロン    | 牛乳,にんじんケーキ(豆乳)       |
| 05 | 金 | 牛乳,りんご      | ごはん,味噌汁(卵・ニラ),豆腐のツナ揚げ,ブロッコリーのナムル,パイ                | 牛乳,チーズトースト           |
| 06 | 土 | 牛乳,オレンジ     | 味噌うどん,じゃがいものミルク煮,バナナ                               | 牛乳,ビスケット             |
|    |   |             |  |                      |
| 08 | 月 | 牛乳,クラッカー    | ごはん,味噌汁(切干大根・豆腐),鶏肉のさっぱり煮,白菜と人参のツナ和え,オレンジ          | 牛乳,ミルクパン             |
| 09 | 火 | 牛乳,キウイフルーツ  | ごはん,豆乳味噌汁(さつまいも・玉ねぎ),豚肉の生姜焼き,ほうれん草の納豆和え,バナナ        | 牛乳,フライドポテト(カレー味)     |
| 10 | 水 | 牛乳,オレンジ     | ごはん,味噌汁(小松菜・にんじん),さばの竜田焼き,ダイスサラダ,パイ                | ヨーグルト,大豆のケーキ         |
| 11 | 木 | 牛乳,りんご      | ごはん,豆乳味噌汁(生揚げ・水菜),ピビンバ,大根のおかか和え,オレンジ               | 牛乳,つぶつぶコーンパン         |
| 12 | 金 | 牛乳,バナナ      | ごはん,味噌汁(南瓜),たらの香味焼き,ひじきの五目煮,キウイフルーツ                | 牛乳,ジャムスコーン(いちご)      |
| 13 | 土 | 牛乳,グレープフルーツ | ミートソーススパゲッティ(あさり),麦茶,小松菜コーン和え,りんご                  | 牛乳,レーズンスティック(卵・乳不使用) |
|    |   |             |  |                      |
|    |   |             |  |                      |
| 16 | 火 | 牛乳,グレープフルーツ | ごはん,麦茶,トマトカレー,小松菜えのき和え,りんご                         | 牛乳,オレンジミルクケーキ        |
| 17 | 水 | 牛乳,キウイフルーツ  | ロールパン,ほうれん草ポタージュ(豆乳),かれいのごま焼き,キャベツと人参のサラダ,オレンジ     | 牛乳,フルーツポンチ           |
| 18 | 木 | 牛乳,バナナ      | ごはん,豆乳味噌汁(玉ねぎ・えのき),鶏のソース焼き,大根の炒め煮,キウイフルーツ          | 牛乳,ホットケーキ(全粒粉)       |
| 19 | 金 | 牛乳,りんご      | ごはん,味噌汁(卵・ニラ),豆腐のツナ揚げ,ブロッコリーのナムル,パイ                | 牛乳,チーズトースト           |
| 20 | 土 | 牛乳,オレンジ     | 味噌うどん,じゃがいものミルク煮,バナナ                               | 牛乳,ビスケット             |
|    |   |             |  |                      |
| 22 | 月 | 牛乳,クラッカー    | ごはん,味噌汁(切干大根・豆腐),鶏肉のさっぱり煮,白菜と人参のツナ和え,オレンジ          | 牛乳,ミルクパン             |
| 23 | 火 | 牛乳,キウイフルーツ  | ごはん,豆乳味噌汁(さつまいも・玉ねぎ),豚肉の生姜焼き,ほうれん草の納豆和え,バナナ        | 牛乳,フライドポテト(カレー味)     |
| 24 | 水 | 牛乳,オレンジ     | ごはん,味噌汁(小松菜・にんじん),さばの竜田焼き,ダイスサラダ,パイ                | ヨーグルト,大豆のケーキ         |
| 25 | 木 | 牛乳,りんご      | ごはん,豆乳味噌汁(生揚げ・水菜),ピビンバ,大根のおかか和え,オレンジ               | 牛乳,つぶつぶコーンパン         |
| 26 | 金 | 牛乳,バナナ      | ごはん,味噌汁(南瓜),たらの香味焼き,ひじきの五目煮,キウイフルーツ                | 牛乳,ジャムスコーン(いちご)      |
| 27 | 土 | 牛乳,グレープフルーツ | ミートソーススパゲッティ(あさり),麦茶,小松菜コーン和え,りんご                  | 牛乳,レーズンスティック(卵・乳不使用) |
|    |   |             |  |                      |
| 29 | 月 | 牛乳,あられ      | ごはん,味噌汁(小松菜・大根),鮭フライ,トマトと胡瓜のサラダ,オレンジ               | 牛乳,きなこマカロニ           |
| 30 | 火 | 牛乳,バナナ      | ごはん,豆乳味噌汁(さつまいも・長ねぎ),親子煮,白菜のお浸し,パイ                 | アイスクリーム,ミレービスケット     |
| 31 | 水 | 牛乳,キウイフルーツ  | ごはん,味噌汁(豆腐・チンゲン菜),ほっけのチーズ焼き,にんじんグラッセ風,バナナ          | 牛乳,きのこスパゲティ          |