

令和6年7月 献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	厚揚げの肉味噌煮 小松菜のゴマ和え あおさのすまし汁 ご飯 トマト	お好み焼き風卵焼き 蓮根とひじきのサラダ 豆腐の味噌汁 玄米ご飯 果物	【運動会応援メニュー】 ハンバーガー フライドポテト 野菜スープ 果物	夏野菜カレー ご飯 切干大根の炒め煮 かえり炒め 果物	運 動 会	親子うどん 果物
	3時	チーズ入りワカメ おにぎり	トウモロコシ	ココアゼリー		グラノーラクッキー
	8	9	10	11	12	13
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	チリコンカン 中華風酢の物 中華スープ ご飯 果物	巣ごもり卵 野菜のかみかみ和え 味噌汁 玄米ご飯 果物	魚の味噌煮 キャベツのお浸し すまし汁 ご飯 トマト	和風スープかけ 野菜と チーズのサラダ ウインナー 果物	豚肉とキャベツの 味噌炒め じゃこピリ辛和え 大根のすまし汁 紫黒米ご飯 果物	梅肉チャーハン 春雨スープ 果物
	3時	【7/7七夕】 七夕ソーメン	マカロニあべかわ	バナナケーキ	ジャムサンド	ちくわの磯辺揚げ
	15	16	17	18	19	20
10時	海 の 日	菓子	果物	菓子	菓子	菓子
昼食		ウインナー入り卵焼き 胡瓜とワカメの 酢の物 茄子の味噌汁 ご飯 トマト	魚のフライ 高野豆腐と 小松菜の煮びたし レタススープ 玄米ご飯 果物	冷しゃぶマリネ 厚揚げと コンニャクの煮物 キャベツのすまし汁 ご飯 果物	麻婆豆腐 三色のナムル ししゃも 紫黒米ご飯 果物	タコライス コンソメスープ 果物
3時		黄粉団子	焼きそば	チョコバナナ スコーン	大学芋	うずまきクッキー
	22	23	24	25	26	27
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	高野豆腐の オランダ煮 小松菜の炒め物 すまし汁 ご飯 果物	ツナのスクランブルエッグ トマトと胡瓜の サラダ コンソメスープ 玄米ご飯 果物	魚の甘辛焼き ヨーグルトサラダ 味噌汁 ご飯 トマト	ゴーヤチャンプルー 切昆布の当座煮 キャベツのすまし汁 玄米ご飯 果物	パスタの炒め 入り野菜の 納豆和え 紫黒米ご飯 味噌汁 果物	鶏飯 味噌汁 果物
	3時	味噌饅頭	そばろおにぎり	ポテトたこ焼き	クリームヨーグルト	手作りパン
	29	30	31	3時のおやつには、牛乳が付きます。 都合により献立が変更の場合があります。 ＊おやつ（手作り） ＊菓子（カンキョー自然館）		
10時	菓子	果物	菓子			
昼食	【お誕生日会メニュー】 タンドリーチキン 野菜の塩昆布和え ミルクスープ ご飯 果物	魚のホイル蒸し風 ゴマじゃこサラダ 味噌汁 玄米ご飯 果物	豆腐の五目炒め 枝豆の杓杓サラダ わかめスープ ご飯 トマト			
3時	【お楽しみおやつ】 お豆腐ケーキ	カルピスゼリー	ピザトースト			

令和6年7月 卵アレルギー対応献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	厚揚げの肉味噌煮 小松菜のゴマ和え あおさのすまし汁 ご飯 トマト	お好み焼き風ハンバーグ 蓮根とひじきのサラダ 豆腐の味噌汁 玄米ご飯 果物	ハンバーガー フライドポテト 野菜スープ 果物	夏野菜カレー ご飯 切干大根の炒め煮 かえり炒め 果物	運 動 会	鶏うどん 果物
	3時	チーズ入りワカメ おにぎり	トウモロコシ	ココアゼリー		グラノーラクッキー
	8	9	10	11	12	13
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	チリコンカン 中華風酢の物 中華スープ ご飯 果物	菜ごもり炒め 野菜のかみかみ和え 味噌汁 玄米ご飯 果物	魚の味噌煮 キャベツのお浸し すまし汁 ご飯 トマト	和風スープパゲティ 3030野菜と チーズのサラダ ウインナー 果物	豚肉とキャベツの 味噌炒め じゃこピリマ和え 大根のすまし汁 紫黒米ご飯 果物	梅肉チャーハン 春雨スープ 果物
	3時	セタソーメン	マカロニあべかわ	バナナケーキ	ジャムサンド	ちくわの磯辺揚げ
	15	16	17	18	19	20
10時	海 の 日	菓子	果物	菓子	菓子	菓子
昼食		リソナー入り野菜炒め 胡瓜とワカメの 酢の物 茄子の味噌汁 ご飯 トマト	魚のフライ 高野豆腐と 小松菜の煮びたし レタススープ 玄米ご飯 果物	冷しゃぶマリネ 厚揚げと コンニャクの煮物 キャベツのすまし汁 ご飯 果物	麻婆豆腐 三色のナムル ししゃも 紫黒米ご飯 果物	タコライス コンソメスープ 果物
		3時	黄粉団子	焼きそば	チョコバナナ スコーン	大学芋
	22	23	24	25	26	27
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	高野豆腐の オランダ煮 小松菜の炒め物 すまし汁 ご飯 果物	ササと野菜のグリル トマトと胡瓜の サラダ漬け コンソメスープ 玄米ご飯 果物	魚の甘辛焼き ヨーグルトサラダ 味噌汁 ご飯 トマト	ゴーヤチャンプルー 切昆布の当座煮 キャベツのすまし汁 玄米ご飯 果物	パスタのトマト炒め ソウ入りの野菜の 納豆和え 紫黒米ご飯 味噌汁 果物	鶏飯 味噌汁 果物
	3時	味噌饅頭	そばろおにぎり	ポテトたこ焼き	クリームヨーグルト	手作りパン
	29	30	31	<div style="background-color: #ffffcc; padding: 5px;"> 3時のおやつには、牛乳が付きます。 都合により献立が変更の場合があります。 ＊おやつ（手作り） ＊菓子（カンキョー自然館） </div>		
10時	菓子	果物	菓子			
昼食	タンダリーチキン 野菜の塩昆布和え ミルクスープ ご飯 果物	魚のホイル蒸し風 ゴマじゃこサラダ 味噌汁 玄米ご飯 果物	豆腐の五目炒め 枝豆の林檎サラダ わかめスープ ご飯 トマト			
	3時	お豆腐ケーキ	カルピスゼリー	ピザトースト		

令和6年7月 卵・乳アレルギー対応献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	厚揚げの肉味噌煮 小松菜のゴマ和え あおさのすまし汁 ご飯 トマト	お好み焼き風ハンバーグ 蓮根とひじきのサラダ 豆腐の味噌汁 玄米ご飯 果物	ハンバーガー フライドポテト 野菜スープ 果物	夏野菜カレー ご飯 切干大根の炒め煮 かえり炒め 果物	運動会	鶏うどん 果物
3時	ワカメおにぎり	トウモロコシ	ココアゼリー	グラノーラクッキー		ツナマヨパン
	8	9	10	11	12	13
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	チリコンカン 中華風酢の物 中華スープ ご飯 果物	菜ごもり炒め 野菜のかみかみ和え 味噌汁 玄米ご飯 果物	魚の味噌煮 キャベツのお浸し すまし汁 ご飯 トマト	和風スープパゲティ 1000野菜の サラダ ウインナー 果物	豚肉とキャベツの 味噌炒め じゃこピマソ和え 大根のすまし汁 紫黒米ご飯 果物	梅肉チャーハン 春雨スープ 果物
3時	セタソーメン	マカロニあべかわ	バナナケーキ	ジャムサンド	ちくわの磯辺揚げ	わらび餅風
	15	16	17	18	19	20
10時	海の日	菓子	果物	菓子	菓子	菓子
昼食		ウインナー入り野菜炒め 胡瓜とワカメの 酢の物 茄子の味噌汁 ご飯 トマト	魚のフライ 高野豆腐と 小松菜の煮びたし レタススープ 玄米ご飯 果物	冷しゃぶマリネ 厚揚げと コンニャクの煮物 キャベツのすまし汁 ご飯 果物	麻婆豆腐 三色のナムル ししゃも 紫黒米ご飯 果物	タコライス コンソメスープ 果物
3時		黄粉団子	焼きそば	チョコバナナ スコーン	大学芋	うずまきクッキー
	22	23	24	25	26	27
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	高野豆腐の オランダ煮 小松菜の炒め物 すまし汁 ご飯 果物	ウと野菜のグリル トマトと胡瓜の タマネギ漬け コンソメスープ 玄米ご飯 果物	魚の甘辛焼き マヨサラダ 味噌汁 ご飯 トマト	ゴーヤチャンフルー 切昆布の当座煮 キャベツのすまし汁 玄米ご飯 果物	パイのタネ炒め ウ入り野菜の 納豆和え 紫黒米ご飯 味噌汁 果物	鶏飯 味噌汁 果物
3時	味噌饅頭	そばろおにぎり	ポテトたこ焼き	カットフルーツ	手作りパン	ココアマフィン
	29	30	31	3時のおやつには、牛乳が付きます。 都合により献立が変更の場合があります。 *おやつ（手作り） *菓子（カンキョー自然館）		
10時	菓子	果物	菓子			
昼食	タンダリーチキン 野菜の塩昆布和え 豆乳スープ ご飯 果物	魚のホイル蒸し風 ゴマじゃこサラダ 味噌汁 玄米ご飯 果物	豆腐の五目炒め 枝豆の朴樹サラダ わかめスープ ご飯 トマト			
3時	お豆腐ケーキ	オレンジゼリー	ピザトースト			

令和6年7月バナ・胡瓜・ルズ アレルギー対応 献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	厚揚げの肉味噌煮 小松菜のゴマ和え あおさのすまし汁 ご飯 トマト	お好み焼き風卵焼き 蓮根とひじきのサラダ 豆腐の味噌汁 玄米ご飯 果物	ハンバーガー フライドポテト 野菜スープ 果物	夏野菜カレー ご飯 切干大根の炒め煮 かえり炒め 果物	運動会	親子うどん 果物
	3時	チーズ入りワカメ おにぎり	トウモロコシ	ココアゼリー		グラノーラクッキー
	8	9	10	11	12	13
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	チリコンカン 中華風酢の物 中華スープ ご飯 果物	巣ごもり卵 野菜のかみかみ和え 味噌汁 玄米ご飯 果物	魚の味噌煮 キャベツのお浸し すまし汁 ご飯 トマト	和風スープパゲティ 1000野菜と チーズのサラダ ウインナー 果物	豚肉とキャベツの 味噌炒め じゃこピマソ和え 大根のすまし汁 紫黒米ご飯 果物	梅肉チャーハン 春雨スープ 果物
	3時	セタソーメン	マカロニあべかわ	ホットケーキ	ジャムサンド	ちくわの磯辺揚げ
	15	16	17	18	19	20
10時	海の日	菓子	果物	菓子	菓子	菓子
昼食		ウナ入り卵焼き ワカメの酢の物 茄子の味噌汁 ご飯 トマト	魚のフライ 高野豆腐と 小松菜の煮びたし シタススープ 玄米ご飯 果物	冷しゃぶマリネ 厚揚げと コンヤクの煮物 キャベツのすまし汁 ご飯 果物	麻婆豆腐 三色のナムル ししゃも 紫黒米ご飯 果物	タコライス コンソメスープ 果物
3時		黄粉団子	焼きそば	チョコスコーン	大学芋	うずまきクッキー
	22	23	24	25	26	27
10時	菓子	果物	菓子	果物	菓子	菓子
昼食	高野豆腐の オランダ煮 小松菜の炒め物 すまし汁 ご飯 果物	ツラのスクラブレック トマトの スタミナ漬け コンソメスープ 玄米ご飯 果物	魚の甘辛焼き ヨーグルトサラダ 味噌汁 ご飯 トマト	ゴーヤチャンプルー 切昆布の当座煮 キャベツのすまし汁 玄米ご飯 果物	パのスタミナ炒め 刈入り野菜の 納豆和え 紫黒米ご飯 味噌汁 果物	鶏飯 味噌汁 果物
	3時	味噌饅頭	そばろおにぎり	ポテトたこ焼き	クリームヨーグルト	手作りパン
	29	30	31	3時のおやつには、牛乳が付きます。 都合により献立が変更の場合があります。 *おやつ(手作り) *菓子(カンキョー自然館)		
10時	菓子	果物	菓子			
昼食	タンドリーチキン 野菜の塩昆布和え ミルクスープ ご飯 果物	魚のホイル蒸し風 ゴマじゃこサラダ 味噌汁 玄米ご飯 果物	豆腐の五目炒め 枝豆の朴林サラダ わかめスープ ご飯 トマト			
3時	お豆腐ケーキ	カルピスゼリー	ピザトースト			