

7 月 給 食 献 立 表

	3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	6日 (木)	7日 (金)
献立名	茄子とピーマンの甘辛炒め ワンタンスープ 冷凍パイン	鶏じゃが 中華風サラダ ビスコ	味噌汁 豚肉のしょうが焼き オレンジ	タコライス風 野菜スープ 乳酸飲料	七夕献立 冷やし中華 とうがんスープ ミニゼリー
備考	はし携行	はし携行	はし携行	はし携行 スプーン携行	はし携行
商	精白米 ★ 鶏肉 ☆ 茄子 ◇ たまねぎ ◇ ピーマン ◇ 砂糖・みりん ★ しょうゆ 油 ★ ワンタンの皮 ★ 豚肉 ☆ もやし・白ねぎ ◇ にんじん ◇ たまねぎ ◇ にら ◇ 鶏がらスープの素 ごま油 ★ しょうゆ・しお 冷凍パイン	精白米 ★ 鶏肉 ☆ じゃがいも ◇ たまねぎ ◇ グリーンピース ◇ にんじん ◇ わかめ ◇ ねぎ ◇ みそ ★ 削り節(だし) しょうゆ・みりん ★ 油 ☆ もやし ◇ ハム ◇ きゅうり ◇ にんじん ◇ はるさめ ★ しょうゆ・酢・砂糖 ごま・ごま油 ビスコ	精白米 ★ かぼちゃ ☆ 油揚げ ★ たまねぎ ◇ にんじん ◇ わかめ ◇ ねぎ ◇ みそ ★ 削り節・煮干し(だし) 豚肉 ★ しょうが ◇ にんじん ◇ たまねぎ ☆ さやいんげん ◇ しょうゆ ◇ 油 ★ オレンジ ★	精白米 ★ 合挽きミンチ ◇ たまねぎ ☆ トマト缶(カット) ☆ レタス ◇ 粉チーズ ◇ しょうが・にんにく ☆ ケチャップ ◇ ウスターソース ☆ 油 ☆ きゃべつ ☆ たまねぎ ◇ ベーコン ◇ にんじん ◇ しめじ ◇ 塩 しょうゆ 削り節(だし) 乳酸飲料	中華麺 ★ 鶏卵 ☆ ハム ☆ きゅうり ◇ ミニトマト ◇ もやし ☆ しょうゆ・さとう ◇ 酢・しお ごま油 ★ とうがん ◇ 豚肉 ◇ にんじん ◇ おくら ☆ コーン ◇ 干しいたけ ◇ しょうゆ・塩 片栗粉 削り節し(だし) ミニゼリー
品名	カロリー 478kcal 蛋白質 15.0g	カロリー 478kcal 蛋白質 15.0g	カロリー 471kcal 蛋白質 15.1g	カロリー 482kcal 蛋白質 15.6g	カロリー 470kcal 蛋白質 15.3g

☆印は赤色の食品 [血や肉のもととなる] ★印は黄色の食品 [熱や力のもととなる] ◇印は緑色の食品 [体の調子をととのえる]

7 月 給 食 献 立 表

	10日(月)	11日(火)			
献立名	肉まん風井 味噌汁 バナナ	お誕生献立 赤飯 おくらのすまし汁 メンチカツ スイカ			
備考	はし携行 スプーン携行	はし携行			
商	精白米 豚挽き肉 たまねぎ・なす にら 砂糖 しょうゆ 酒・みりん・塩 ごま油 片栗粉	★精白米・もち米 ☆小豆・塩 ◇豆腐 ☆ おくら・えのき茸 ◇ しょうゆ・塩 削り節・昆布(だし) メンチカツ 「豚肉・鶏肉 ☆ たまねぎ ◇ パン粉・小麦粉・卵白 砂糖・塩・しょうゆ 大豆粉・揚油 粒状大豆タンパク アレルギー品目 【小麦・大豆・卵】 ミニトマト ◇ レタス ◇ スイカ ◇			
品名	油揚げ ☆ ささがきごぼう ◇ もやし ◇ にんじん ◇ わかめ ◇ ねぎ ◇ みそ 削り節し(だし) 煮干し(だし) バナナ ◇				
	カロリー 470kcal 蛋白質 14.5g	カロリー 485kcal 蛋白質 15.0g			

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕