

(7)

様

2024、7月分予定献立

保護者確認欄

除去不可能

除去可能

エビ、イカ、カニ、タコ

乳製品

※7月は乳製品の使用はありません。

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
1 減量黒糖パン	2 米飯	3 米飯	4 米飯	5 米飯
鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーのコンソメ味 ミネストローネスープ	たことかぼちゃのかき揚げ チンゲンサイの和え物 竹輪のみそ汁	牛肉とごぼうのうま煮 冬瓜のすまし汁	ピリ辛丼 モロヘイヤのスープ	魚(まだい)の塩こうじ焼き ほうれんそうのおかか和え そうめん汁 セタゼリー
8 減量パン	9 米飯	10 減量パン	11 米飯	12 米飯
ポークビーンズ こんにゃくサラダ	鶏肉のレモン風味 おひたし 夏野菜のみそ汁	魚(シイラ)の香草焼き ゆでとうもろこし もち麦スープ	肉じゃが煮 野菜サラダ	ビビンバ(肉、野菜・錦糸卵) もずくのすまし汁
15	16 米飯	17 米飯	18 麦ご飯	19
	魚(ほっけ)の照り焼き 枝豆 冬瓜の煮物	豚肉のしょうが焼き(梅風味) ほうれんそうのごま和え だんごのみそ汁	サマーカレー 海と畑のサラダ	

※牛乳(パック)は毎日つきます。

※わかめ、ちりめん等海産物には、エビ・カニ等が含まれることがあります。

2024、7

No.1

1(月)			2(火)			3(水)			4(木)			5(金)		
減量黒糖パン			米飯			米飯			米飯			米飯		
鶏肉のさっぱり煮			たことかぼちゃのかき揚げ			牛肉とごぼうのうま煮			ピリ辛丼			魚(まだい)の塩こうじ焼き		
ブロッコリーのコンソメ味			チンゲンサイの和え物			冬瓜のすまし汁			モロヘイヤのスープ			ほうれんそうのおおか和え		
ミネストローネスープ			竹輪のみそ汁									そうめん汁 セタゼリー		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
鶏もも皮つき	60	72	冷凍たこ1cm角切り	10	12	牛肉ももばらスライス	25	30	豚肉ももスライス	30	36	まだい切身 50g	1切れ	1切れ
しょうが	0.5	0.6	かぼちゃ拍子木切り	15	18	米ぬか油	0.2	0.24	豚肉ばらスライス	20	24	塩こうじ	4	4
清酒	2.5	3	たまねぎ	22	26.4	にんじん	18	21.6	米ぬか油	0.5	0.6			
米酢	4	4.8	冷凍ホールコーン	7	8.4	ごぼう	30	36	キャベツ	45	54	ほうれんそう	20	24
こいくちしょうゆ	3	3.6	天ぷら粉	10.4	12.48	たけのこ水煮	15	18	根深ねぎ	5.5	6.6	冷凍ほうれんそう	20	24
三温糖	3	3.6	天外天塩	0.2	0.24	しらたき	20	24	赤ピーマン	5	6	上白糖	0.3	0.36
本みりん	2.5	3	米ぬか油	8	9.6	冷凍さやいんげん	5	6	エリンギ	5	6	うすくちしょうゆ	2	2.4
でんぶん	0.4	0.48				三温糖	1.4	1.68	トウバンジャン	0.2	0.24	花かつお	0.4	0.48
水	1.5	1.8	チンゲンサイ	50	60	うすくちしょうゆ	2.28	2.74	にんにく	0.3	0.36			
			にんじん	5	6	こいくちしょうゆ	2.5	3	八丁みそ	3.84	4.61	手延べそうめん	10	11
ブロッコリー	10	12	うすくちしょうゆ	2.5	3	清酒	0.5	0.6	こいくちしょうゆ	1.32	1.58	なると	6	7
冷凍ブロッコリー	20	24	上白糖	0.4	0.48	本みりん	0.5	0.6	上白糖	1.32	1.58	にんじん	5	6
コンソメ	0.9	1.08							オイスターソース	0.72	0.86	塩蔵わかめ	1.2	1.3
水	3.4	4.08	焼き竹輪	20	25	とうがん	35	40	清酒	0.72	0.86	乾燥湯葉	1.2	1.3
			にんじん	5	6	鶏もも皮つき	20	25	ごま油	0.25	0.3	葉ねぎ	3.5	3.5
豚肉ももスライス	10	15	たまねぎ	20	25	にんじん	10	12	いりごま	1	1.2	うすくちしょうゆ	3.3	3.3
米ぬか油	0.2	0.25	えのきたけ	4	5	乾しいたけ	1	1				本みりん	0.5	0.6
ベーコン	5	7	葉ねぎ	3.5	3.5	天外天塩	0.13	0.14	モロヘイヤ	10	12	出し昆布	0.6	0.6
じゃがいも	35	40	煮干し	4	4	うすくちしょうゆ	4.2	4.6	チキンハム	10	12	削り節 3号だし	4	4
ズッキーニ	10	11	みそ	7.25	7.4	清酒	0.3	0.35	たまねぎ	20	25			
たまねぎ	20	25				削り節 3号だし	4	4	にんじん	5	6	セタゼリー 32g	1個	1個
にんじん	9	10				出し昆布	0.6	0.6	きくらげ	0.2	0.3	[レモン、ぶどう、みかん使用]		
ABCマカロニ	3	3.5							冷凍ホールコーン	12	14.4			
冷凍トマト	30	36							丸鶏スープベースHD	15	15			
パセリ	0.45	0.45							うすくちしょうゆ	4.1	4.3			
丸鶏スープベースHD	12	12							天日塩	0.1	0.13			
天外天塩	0.62	0.68							こしょう	0.02	0.04			
こしょう	0.03	0.04												
黒砂糖	10	14												

ゼリーは「行事食」扱いとさせていただきます。副食を食べられない方にもつけていきます。(明細を確認の上、喫食の判断をお願いします。)

2024、7

No.2

8(月)			9(火)			10(水)			11(木)			12(金)		
減量パン ポークビーンズ こんにゃくサラダ			米飯 鶏肉のレモン風味 おひたし 夏野菜のみそ汁			減量パン 魚(シイラ)の香草焼き ゆでとうもろこし もち麦スープ			米飯 肉じゃが煮 野菜サラダ			米飯 ビビンバ(肉、野菜・ 錦糸卵) もずくのすまし汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
豚肉ももスライス	20	24	鶏もも皮つき	50	60	シイラ切身 50g	1切れ	1切れ	豚肉ももスライス	25	27.5	牛肉ももばらスライス	45	54
米ぬか油	0.3	0.36	でんぷん	5	6	バジルペースト	1	1	米ぬか油	0.3	0.33	葉ねぎ	3	3.6
蒸し大豆	20	24	米ぬか油	5	6	うすくちしょうゆ	0.5	0.5	にんじん	14	15.4	しょうが	0.2	0.24
たまねぎ	38	45.6	こいくちしょうゆ	4	4.8	天外天塩	0.2	0.2	じゃがいも	77	84.7	にんにく	0.2	0.24
じゃがいも	54	64.8	本みりん	1	1.2	こしょう	0.02	0.02	たまねぎ	75	82.5	こいくちしょうゆ	3.2	3.84
にんじん	18	21.6	上白糖	2.5	3	白ワイン	0.5	0.5	しらたき	20	22	三温糖	1.2	1.44
ショルダーベーコン	5	6	水	2	2.4				冷凍さやいんげん	5	5.5			
ペンネマカロニ	5	6	レモン果汁	1.2	1.44	とうもろこし 1/6カット	1個	1個	三温糖	1.1	1.21	大豆もやし	24	28.8
ケチャップ	10	12				天外天塩	0.3	0.3	こいくちしょうゆ	3	3.3	ほうれんそう	15	18
トマトピューレ	10	12	こまつな	34	40.8				うすくちしょうゆ	3.2	3.52	冷凍ほうれんそう	15	18
スープベースチキン	9	10.8	もやし	23	27.6	焼豚	10	12	清酒	0.5	0.55	にんじん	9	10.8
こいくちしょうゆ	1.2	1.44	上白糖	0.22	0.26	たまねぎ	20	24	本みりん	0.5	0.55	いりごま	1	1.2
ウスターソース	2.4	2.88	うすくちしょうゆ	2.7	3.24	にんじん	9	11				うすくちしょうゆ	3.4	4.08
上白糖	0.8	0.96				キャベツ	20	24	ブロッコリー	15	18	上白糖	0.6	0.72
天外天塩	0.2	0.24	かぼちゃ1.5cm角切り	15	18	もち麦	3	3.5	冷凍ブロッコリー	15	18	米酢	2.1	2.52
こしょう	0.03	0.04	なす	10	12	丸鶏スープベースHD	12	12	赤ピーマン	5	6	ごま油	0.6	0.72
ガーリックパウダー	0.02	0.02	にんじん	10	12	天日塩	0.68	0.7	きゅうり	10	12	錦糸卵	12	14.4
			たまねぎ	18	24	こしょう	0.02	0.03	チキンハム	10	12	除去食の容器には野菜(大豆もやし、ほうれんそう、にんじん)のみを入れていきます。肉は、フライケースに他の人の分と一緒に入っていきます。		
サラダこんにゃく	20	24	油揚げ	2	2.2				上白糖	1.1	1.32			
にんじん	5	6	葉ねぎ	4	4				米酢	2.8	3.36			
きゅうり	10	12	みそ	7.25	7.4				うすくちしょうゆ	2.2	2.64			
キャベツ	20	24	煮干し	4	4									
親鶏素焼きスライス	10	12										乾燥もずく	0.3	0.35
上白糖	1.4	1.68										冷凍豆腐	30	35
米酢	2.1	2.52										にんじん	9	11
うすくちしょうゆ	2.7	3.24										えのきたけ	7	9
ごま油	0.3	0.36										天外天塩	0.12	0.13
												うすくちしょうゆ	3.8	4
												削り節 3号だし	5	5

2024、7

No.3

15(月)			16(火)			17(水)			18(木)			19(金)		
			米飯 魚(ほっけ)の照り焼き 枝豆 冬瓜の煮物			米飯 豚肉のしょうが焼き(梅風味) ほうれんそうのごま和え だんごのみそ汁			麦ご飯 サマーカレー 海と畑のサラダ					
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
			ほっけ切身 50g	1切れ	1切れ	豚肉ももスライス	30	36	牛肉ももばら角切り	30	35			
			上白糖	3	3	豚肉ばらスライス	30	36	米ぬか油	0.3	0.35			
			こいくちしょうゆ	4.5	4.5	米ぬか油	0.5	0.6	にんにく	0.5	0.6			
			清酒	1.5	1.5	しょうが	0.8	0.96	にんじん	20	22			
			本みりん	1.5	1.5	減塩うめびしお	6	7.2	たまねぎ	56	62			
			水	4.5	4.5	こいくちしょうゆ	2	2.4	なす	18	22			
			でんぷん	0.4	0.4	三温糖	1.5	1.8	かぼちゃ角切り	30	36			
						清酒	1	1.2	冷凍さやいんげん	5	6			
			枝豆	15	18	本みりん	1	1.2	給食用カレーフレーク	16	18			
			天外天塩	1	1.2	水	2.8	3.36	ウスターソース	2	2.4			
						でんぷん	0.18	0.22	ケチャップ	2	2			
			とうがん	75	90	たまねぎ	30	36	赤ワイン	0.5	0.6			
			鶏もも皮つき	20	24				天外天塩	0.2	0.25			
			うずら卵水煮	25	30	冷凍ほうれんそう	20	24	りんご	3	3			
			うすくちしょうゆ	1.1	1.32	ほうれんそう	20	24	ガラムマサラ	0.02	0.04			
			三温糖	0.5	0.6	キャベツ	20	24	ココナッツミルク	2.5	3			
			本みりん	0.2	0.24	いりごま	0.6	0.72						
			冷凍絹厚揚げ	15	18	上白糖	0.5	0.6	キャベツ	17	20.4			
			たけのこ水煮	15	18	こいくちしょうゆ	3	3.6	きゅうり	10	12			
			にんじん	15	18				まぐろ油漬け	15	18			
			冷凍さやいんげん	5	6	いも団子	25	30	にんじん	5	6			
			うすくちしょうゆ	6.1	7.32	たまねぎ	15	18	冷凍ホールコーン	5	6			
			三温糖	2.5	3	にんじん	12	14.4	乾しひじき	1.5	1.8			
			本みりん	1	1.2	油揚げ	3	3.6	うすくちしょうゆ	2.2	2.64			
			でんぷん	2	2.4	葉ねぎ	3.5	3.5	米酢	2.8	3.36			
			削り節 3号だし	2	2.4	煮干し	4	4	上白糖	1.2	1.44			
						みそ	7.25	7.4						
									米粒麦	9.7	12.5			