



2024年 7月 給食献立表



リージョン淵野辺保育園

日	曜	おやつ	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	除去	
1	月	麦茶 せんべい	ご飯 ★豆腐ハンバーグ ビーフンサラダ じゃがいも+キャベツの味噌汁 デザート	牛乳 りんごケーキ	・木綿豆腐 ・ふたもも肉・鶏卵 ・削り節・淡色辛みそ ・牛乳・豆乳	・精白米・押麦・ごま油 ・ビーフン・上白糖 ・じゃがいも・せんべい ・マーガリン・薄力粉	・にんじん・長ねぎ ・きゅうり・キャベツ ・もも缶・りんご	・豆腐ハンバーグ・卵 除去	
2	火	麦茶 ビスケット	煮込みうどん 切り干し大根のナムル デザート	牛乳 わかめおにぎり	・豚肉 ・牛乳	・ゆでうどん・いりごま ・ごま油・マヨドレ・上白糖 ・精白米	・キャベツ・にんじん・たまねぎ ・だいずもやし・切干しいんご ・しいたけ・チンゲンサイ ・りょくとうもやし・バナナ・わかめ		
3	水	麦茶 クラッカー	ご飯 夏野菜カレー 野菜のスープ デザート	牛乳 ココア蒸しパン	・鶏もも ・ヨーグルト ・鶏ささみ ・牛乳	・精白米・調合油・じゃがいも ・上白糖・いりごま ・薄力粉	・たまねぎ・なす・トマト ・えだまめ・トマトケチャップ ・キャベツ・にんじん・たまねぎ ・りょくとうもやし・だいこん・もも缶		
4	木	麦茶 せんべい	ご飯 鶏肉のマヨコーン焼き キャベツサラダ きのこやさいの味噌汁 デザート	牛乳 きなこトースト	・若鶏むね肉 ・あから・豆乳 ・淡色辛みそ・牛乳 ・きな粉	・精白米・マヨドレ ・いりごま ・食パン ・上白糖・マーガリン	・コーン・キャベツ・赤ピーマン ・きゅうり・ほんしめじ・えのきたけ ・たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん ・みかん缶・りんごジュース		
5	金	麦茶 ビスケット	★七草そうめん 鶏肉の照り焼き 稲荷サラダ デザート	牛乳 七夕きらきらゼリー 星食べよ	・まぐろ水煮缶詰 ・若鶏むね肉・牛乳	・そうめん・調合油・上白糖 ・ごま油 ・オレンジゼリー ・せんべい	・オクラ ・コーン・だいこん・にんじん ・きゅうり・すいか・白桃缶・パイナップル ・みかん缶・りんごジュース		
6	土	麦茶 せんべい	中華丼 わかめのスープ デザート	麦茶 おにぎり	・ふたもも肉 ・牛乳・ゼラチン	・精白米・ごま油・片栗粉 ・砂糖	・ほくさい・にんじん ・りょくとうもやし・長ねぎ・わかめ ・バナナ		
8	月	麦茶 せんべい	ご飯 鮭のネギみそ焼き ひじきの炒め煮 かぼちゃと小松菜の味噌汁 デザート	牛乳 きなこクッキー	・あじ・甘みそ・油揚げ ・淡色辛みそ・牛乳 ・きな粉・豆乳	・精白米・調合油・砂糖 ・薄力粉	・しょうが・長ねぎ・乾ひじき ・にんじん・グリーンピース ・かぼちゃ・こまつな ・えのきたけ・にんじん・りんごジュース		
9	火	麦茶 ビスケット	ふりかけご飯 照り焼きつくね 切干大根の煮物 じゃがいもとほうれん草の味噌汁 デザート	牛乳 バナナスコーン	・煮干し・鶏ひき肉 ・木綿豆腐・焼き竹輪 ・油揚げ・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・いりごま・片栗粉 ・調合油・上白糖・パン粉 ・砂糖・さといも ・薄力粉	・焼きのり・長ねぎ・乾ひじき ・切干しいんご・にんじん ・いんげん・たまねぎ ・ほうれん草・みかん缶・バナナ		
10	水	麦茶 黒糖	ご飯 鶏のマリネ焼き れんこんのごまマヨ和え たまねぎとわかめの味噌汁 デザート	牛乳 マーメイド 蒸しパン	・若鶏もも肉 ・淡色辛みそ・乳酸菌飲料 ・牛乳・豆乳	・精白米・調合油・マヨドレ ・いりごま ・薄力粉 ・マーガリン	・たまねぎ・れんこん・にんじん ・わかめ・マーメイド ・バナナ		
11	木	麦茶 せんべい	ご飯 厚揚げとナスの味噌炒め さつま芋ときゅうりのごまマヨネーズ和え にんじん+キャベツの味噌汁 デザート	牛乳 ちんすこう	・生揚げ・淡色辛みそ ・鶏ささ身・油揚げ ・牛乳	・精白米・調合油・上白糖 ・片栗粉・さつまいも ・マヨドレ・いりごま ・スバゲティ	・なす・たまねぎ・きゅうり ・キャベツ・にんじん ・もも缶・ピーマン ・マッシュルーム・トマトケチャップ		
12	金	麦茶 ビスケット	ご飯 肉じゃが ひじきサラダ 鮎とたまねぎのすまし汁 デザート	牛乳 マカロニきなこ	・ふたもも肉・牛乳 ・きな粉	・精白米・じゃがいも・調合油 ・砂糖・マヨドレ・いりごま ・車ふ・マカロニ	・にんじん・たまねぎ・グリーンピース ・ごぼう・乾ひじき・れんこん ・鯖さや・りんごジュース		
13	土	麦茶 ウエハース	ツナトマトスバゲティ トポフ デザート	麦茶 せんべい	・まぐろ水煮缶詰 ・ウインナー ・牛乳・ヨーグルト	・スバゲティ ・調合油・じゃがいも ・せんべい	・たまねぎ・ホールトマト・にんじん ・グリーンピース・みかん缶		
15	月	<h2>海の日</h2>							
16	火	麦茶 ビスケット	ご飯 厚揚げの中華炒め コーンとわかめのサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 デザート	牛乳 青のりすなっ魁	・厚揚げ ・ふたもも肉 ・焼き竹輪・油揚げ ・淡色辛みそ・牛乳	・精白米・じゃがいも ・板こんにゃく・調合油 ・上白糖・車ふ ・マーガリン	・にんじん・いんげん ・わかめ・コーン ・キャベツ・ほうれん草・長ねぎ ・みかん缶・あおのり		
17	水	麦茶 ペジタべる	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ 鮎と小松菜の味噌汁 デザート	牛乳 チーズクッキー	・絹ごし豆腐・ふたひき肉 ・淡色辛みそ・淡色辛みそ ・牛乳 ・バルメザンチーズ	・精白米・上白糖・片栗粉 ・練豆腐はるさめ・ごま油・板ふ ・薄力粉 ・マーガリン	・にんにく・しょうが・にんじん ・たまねぎ・長ねぎ・にら・キャベツ ・きゅうり・こまつな・みかん缶		
18	木	麦茶 せんべい	ご飯 鶏肉の甘辛煮 切干大根のサラダ わかげと豆腐の味噌汁 デザート	牛乳 かぼちゃのケーキ	・鶏肉・鶏卵 ・ローズハム・木綿豆腐 ・淡色辛みそ・牛乳 ・豆乳	・精白米・いりごま ・ごま油 ・薄力粉	・たまねぎ・焼きのり ・切干しいんご・きゅうり ・にんじん・りょくとうもやし ・わかげ・ほうれん草・かぼちゃ	切干大根のサラダ・ロー スハム除去	
19	金	麦茶 ビスケット	食パン スパニッシュオムレツ プリンチサラダ たまねぎと南瓜のスープ デザート	牛乳 ぎんひらおにぎり	・鶏卵・ローズハム ・鶏ひき肉・牛乳 ・豆乳	・食パン・じゃがいも・調合油 ・キャベツ・ケチャップ ・精白米・いりごま・ごま油	・ほうれん草・たまねぎ ・トマトケチャップ・キャベツ ・にんじん・きゅうり・みかん缶詰 ・かぼちゃ・バナナ・ごぼう	スパニッシュオムレツ・フ 卵・ローズハム除去・つ くね焼き	
20	土	麦茶 ビスケット	メキシカンライス 豆腐の洋風スープ デザート	麦茶 ゼリー ソフトせんべい	・ふたひき肉・木綿豆腐 ・牛乳	・精白米・マーガリン ・調合油・じゃがいも ・せんべい	・たまねぎ・にんじん・コーン缶 ・グリーンピース・しいたけ ・ほうれん草・りんご		
22	月	麦茶 せんべい	ケチャップライス ハンバーグ ポテトサラダ カリフラワーのスープ デザート	牛乳 誕生日ホットケーキ	・ふたひき肉・鶏ひき肉 ・魚肉ソーセージ ・牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・調合油・パン粉 ・じゃがいも・マヨドレ ・薄力粉 ・マーガリン	・にんじん・たまねぎ・コーン ・グリーンピース・トマトケチャップ ・きゅうり・カリフラワー ・いちご・黄桃缶・いちごジャム		
23	火	麦茶 ビスケット	きつねうどん 鶏肉のコマみそ焼き キャベツとえのきたけの磯部和え デザート	牛乳 コンパターおにぎり	・油揚げ・若鶏むね ・淡色辛みそ・ヨーグルト ・牛乳	・うどん ・いりごま・砂糖 ・精白米・マーガリン	・こねぎ・りょくとうもやし ・えのきたけ・にんじん・焼きのり ・キャベツ・コーン・長ねぎ ・動物ゼリー		
24	水	麦茶 クラッカー	ご飯 焼き鮭 大豆の五目煮 たまねぎとわかめの味噌汁 デザート	牛乳 きな粉蒸しパン	・さけ・大豆水煮缶詰 ・淡色辛みそ・乳酸菌飲料 ・牛乳・きな粉 ・豆乳	・精白米・板こんにゃく ・調合油 ・薄力粉・マーガリン ・砂糖	・おろしいんご・にんじん・ごぼう ・れんこん・いんげん ・たまねぎ・バナナ		
25	木	麦茶 せんべい	ご飯 豚肉のしょうが焼き ナムル 万ネギときのこの味噌汁 デザート	牛乳 焼うどん	・ぶた肉 ・淡色辛みそ・牛乳	・精白米・調合油・上白糖 ・ごま油・むぎごま	・しょうが・たまねぎ・青ピーマン ・にんじん・ほうれん草 ・りょくとうもやし・わかげ・キャベツ ・ぶなしめじ・えのきたけ・もも缶		
26	金	麦茶 ビスケット	ご飯 ハヤシライス マカロニサラダ たまねぎとえのきたけのスープ デザート	麦茶 ヨーグルトポンチ	・ぶた肉 ・ヨーグルト	・精白米・調合油 ・マカロニ・砂糖	・たまねぎ・にんじん・えのきたけ・みかん缶 ・マッシュルーム・にんにく・トマト ・トマトピューレ・キャベツ・バナナ ・きゅうり・にんじん・コーン缶		
27	土	麦茶 せんべい	チャーシューうどん 中華風コーンスープ デザート	麦茶 ヨーグルト ソフトせんべい	・ぶたひき肉・淡色辛みそ ・牛乳・ヨーグルト	・うどん・調合油・上白糖 ・ごま油・片栗粉 ・せんべい	・しょうが・にんにく・長ねぎ ・にんじん・ピーマン・たまねぎ ・コーン・チンゲンサイ・オレンジ		
29	月	麦茶 せんべい	ご飯 チキンカレー 温野菜サラダ オクラスープ デザート	牛乳 きな粉すなっ魁	・若鶏もも ・牛乳・きな粉	・精白米・じゃがいも ・さつまいも・マヨドレ ・調合油 ・上白糖・車ふ	・にんじん・たまねぎ ・トマトケチャップ・ブロッコリー ・オクラ・レタス・コーン ・もも缶		
30	火	麦茶 ビスケット	ご飯 れんこんと豚肉の炒め煮 野菜の納豆和え 小松菜としめじの味噌汁 デザート	牛乳 にんじんケーキ	・ぶたもも肉・納豆 ・削り節・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・調合油・砂糖 ・薄力粉 ・有塩バター	・れんこん・鯖さや・こまつな ・にんじん・りょくとうもやし ・しめじ・バナナ・にんじん		
31	水	麦茶 ツナポロポト	麦ご飯 鶏肉の香味焼き ひじきのサラダ じゃがいも+キャベツの味噌汁 デザート	牛乳 ツナマヨトースト	・鶏もも肉 ・ローズハム・淡色辛みそ ・牛乳 ・まぐろ水煮	・精白米・押麦 ・ごま油・いりごま・砂糖 ・じゃがいも ・食パン・マヨドレ	・しょうが・長ねぎ・にんじん ・乾ひじき・きゅうり・キャベツ ・たまねぎ・りんごジュース	ひじきのサラダ・ロー スハム除去	

※ 食材の調達状況により、メニュー変更になる場合があります



日	曜	おひる	主な材料	午後おやつ	主な材料	
1	月	軟飯 豚肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・じゃが芋 人参・キャベツ	麦茶 豆腐がゆ	米 豆腐	
2	火	軟飯 豆腐と鮭のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	豆腐・鮭 キャベツ・人参・玉ねぎ	麦茶 しらすがゆ	米 しらす	
3	水	軟飯 鶏肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・じゃがいも キャベツ・なす・人参・大根	麦茶 人参がゆ	米 人参	
4	木	軟飯 豆腐と鶏肉のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・鶏肉 キャベツ・玉ねぎ・人参	麦茶 きな粉がゆ	米 きな粉	
5	金	煮込みそうめん 豆腐としらすのだし煮 すまし汁	そうめん・人参・大根 豆腐・しらす	麦茶 人参がゆ	米 人参	
6	土	軟飯 豆腐と野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・白菜・人参・もやし	麦茶 ハイハイ		
8	月	軟飯 豆腐とかぼちゃのだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・かぼちゃ 人参	麦茶 南瓜がゆ	米 南瓜	
9	火	軟飯 鶏肉団子 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・鶏ひき肉 人参・玉ねぎ・ほうれん草	麦茶 しらすがゆ	米 しらす	
10	水	軟飯 鶏肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・じゃがいも 人参・玉ねぎ	麦茶 人参がゆ	米 人参	
11	木	軟飯 豆腐とさつまいものだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・さつまいも なす・玉ねぎ・人参・キャベツ	麦茶 さつまいもがゆ	米 さつまいも	
12	金	軟飯 豚肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・じゃがいも 人参・玉ねぎ	麦茶 きな粉がゆ	米 きな粉	
13	土	軟飯 豆腐と野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・人参・玉ねぎ・じゃがいも	麦茶 ハイハイ		
15	月	 海の日 				
16	火	軟飯 豚肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豚肉・じゃがいも 人参・キャベツ・ほうれん草	麦茶 ほうれん草がゆ	米 ほうれん草	
17	水	軟飯 豆腐と豚肉のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・豚肉 人参・玉ねぎ・キャベツ	麦茶 人参がゆ	米 人参	
18	木	軟飯 鶏肉とかぼちゃのだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・南瓜 玉ねぎ・人参・ほうれん草	麦茶 豆腐がゆ	米 豆腐	
19	金	軟飯 じゃが芋としらすのだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 じゃが芋・しらす 人参・キャベツ・玉ねぎ	麦茶 南瓜がゆ	米 南瓜	
20	土	軟飯 豆腐と野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ほうれん草	麦茶 ハイハイ		
22	月	軟飯 じゃが芋と鶏肉のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 じゃが芋・鶏肉 人参・玉ねぎ	麦茶 人参がゆ	米 人参	
23	火	軟飯 豆腐と鶏肉のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・鶏肉 人参・もやし・キャベツ	麦茶 しらすがゆ	米 しらす	
24	水	軟飯 鮭と大根のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鮭・大根 人参・玉ねぎ	麦茶 きな粉がゆ	米 きな粉	
25	木	軟飯 豆腐と豚肉のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・豚肉 人参・ほうれん草・もやし・玉ねぎ	麦茶 しらすがゆ	米 しらす	
26	金	軟飯 豆腐としらすのだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・しらす 人参・玉ねぎ・キャベツ	麦茶 しらすがゆ	米 しらす	
27	土	軟飯 豆腐と野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・人参・玉ねぎ・じゃがいも	麦茶 ハイハイ		
29	月	軟飯 鶏肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・じゃが芋 人参・玉ねぎ・ブロッコリー	麦茶 さつまいもがゆ	米 さつまいも	
30	火	軟飯 豆腐と豚肉のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・豚肉 人参・もやし	麦茶 人参がゆ	米 人参	
31	水	軟飯 鶏肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・じゃが芋 人参・キャベツ	麦茶 豆腐がゆ	米 豆腐	