

# 令和5年 7月予定献立表

日曜日	献立名	乳卵アレルギー	備考
AMおやつ	ビスケット 麦茶		
1 土	かぼちゃひき肉サンドフライ しゅうまい 野菜炒め 果物 (バナナ)		
おやつ	ゼリー		
AMおやつ	クッキー 麦茶		
3 月	ラーメン 春巻き ツナ入りカリブロサラダ 果物 (ベビーパイナップル)		子どもたちに大人気のラーメンです。
おやつ	♪きなこおにぎり 牛乳		
AMおやつ	せんべい 麦茶		
4 火	ビーフカレーライス 福神漬け ひじきサラダ フルーツヨーグルト		Bookde Lunch 「給食番長」
PMおやつ	♪星のマカロニスナック 牛乳	チーズ抜き	
AMおやつ	ビスケット 麦茶		
5 水	グラタン コーヤチップス 豚汁 果物 (オレンジ)	鶏肉と野菜とマカロニソテー	ゴーヤは旬の食材です。"苦い"のが特徴ですが、チップスにすることで食べやすくなります。
おやつ	♪ゆでもろこし 牛乳		
AMおやつ	クラッカー 麦茶		
6 木	白身魚のカラフル味噌焼き おくらと切り干し大根の和え物 茄子と油揚げの味噌汁 果物 (バナナ)		ポテチパンは、砕いたポテトチップスと刻んだキャベツをパンではさみ、マヨネーズで味付けしたパンのことです。
PMおやつ	♪ポテチパン 牛乳		
AMおやつ	せんべい 牛乳		
7 金	星のハンバーグ 星のマカロニサラダ ソーメン汁 果物 (すいか)		乾物 ～ソーメン～
PMおやつ	七夕ゼリー		
AMおやつ	ビスケット 麦茶		
8 土	コロッケ 照り焼きチキン 野菜炒め 果物 (バナナ)		
PMおやつ	ゼリー		
AMおやつ	ビスケット 麦茶		
10 月	鯖の煮付け 納豆和え 具沢山汁 果物 (オレンジ)		7月10日は納豆の日です。
PMおやつ	♪甲州かりんどう 牛乳		
AMおやつ	せんべい 麦茶		
11 火	豚肉のフレーク焼き まわかめのきんぴら きのこの味噌汁 果物 (スティックパイナップル)		かみかみメニュー
PMおやつ	♪大豆のかりかり揚げ 牛乳		
AMおやつ	クッキー 麦茶		
12 水	麻婆茄子丼 春雨の中華サラダ 中華風コーンスープ 果物 (桃缶)	卵抜き 卵抜き	麻婆茄子は、四川料理の魚香茄子を日本でアレンジした中華料理です。
PMおやつ	♪コーン蒸しパン 牛乳		
AMおやつ	クラッカー 牛乳		
13 木	丸ごと南瓜のスコープコロッケ 丸ごと野菜の炒め煮 豆腐となめこの味噌汁 果物 (バナナ)		SDGsメニュー
PMおやつ	♪みかんの牛乳かん	ゼリー	
AMおやつ	せんべい 牛乳		
14 金	ブルコギ丼 煮豆 三種芋の味噌汁 果物 (オレンジ)		ブルコギ丼のブルは「火」、コギは「肉」という意味があります。
PMおやつ	子チャスプリン		

日曜日	献立名	乳卵アレルギー	備考
AMおやつ	クラッカー 麦茶		
15 土 😊	ハンバーグ フライドポテト 野菜炒め 果物(バナナ)		
PMおやつ	ゼリー		
AMおやつ	ビスケット 麦茶		
18 火 😊	ハヤシライス フレンチサラダ カクテルゼリー		フレンチトーストはフランス語で「失われたパン」という意味で、リメイク料理です。
PMおやつ	トフレンチトースト 牛乳	お菓子	
AMおやつ	せんべい 麦茶		
19 水 😊	とり天 もやしのごま和え 豆腐と麩とわかめの味噌汁 果物(バナナ)		今月の郷土料理「大分県」
PMおやつ	トやせうま 牛乳		
AMおやつ	クッキー 麦茶		
20 木 😊	鮭の味噌焼き 大豆と根菜の煮物 じゃがいもの味噌汁 果物(オレンジ)		鮭の身はオレンジ色ですが、白身魚に分類されます。
PMおやつ	トパイナップル蒸しパン 牛乳	お菓子	
AMおやつ	せんべい 牛乳		
21 金 😊	ポロネーゼ スマイルポテト マチュドニア		世界の料理「イタリア」
PMおやつ	ヨーグルト	ゼリー	
AMおやつ	クッキー 麦茶		
22 土 😊	子キンナゲット 焼き餃子 野菜炒め 果物(バナナ)		
PMおやつ	ゼリー		
AMおやつ	クッキー 麦茶		
24 月	白身魚のエスカベージュ 生揚げの五目旨煮 チンゲン菜とコーンの豆乳汁 果物(オレンジ)	卵・チーズ抜き	エスカベージュとはフランス語で「油で揚げてから酢に漬ける」という意味があります。
PMおやつ	せんべい 牛乳		
AMおやつ	ビスケット 麦茶		
25 火	冷やし中華 さつま芋スティック 果物(バナナ)	卵抜き	冷やし中華は日本で生まれた料理です。
PMおやつ	ト焼きもちおにぎり 牛乳		
AMおやつ	クラッカー 麦茶		
26 水	のりの佃煮 夏野菜のキッシュ ほうれん草のごまよごし 茄子の味噌汁 果物(オレンジ)	ハムとツナと夏野菜炒め(ケチャップ味)	乾物 ~干し椎茸~
PMおやつ	ト右拍もち 牛乳		
AMおやつ	ヨーグルト		
27 木 😊	ピピンパちらし しゅうまい 中華スープ 果物(バナナ)		暑い季節は、さっぱりとしたピピンパちらしで食欲アップです。
PMおやつ	トノンエッグクッキー 牛乳		
AMおやつ	せんべい 牛乳		
28 金 😊	赤飯 ハンバーグパインソース 大根のゴマネーズサラダ 花麩のすまし汁 果物(すいか)		お誕生日会 
PMおやつ	トお誕生日ケーキ 野菜ジュース	クリーム抜き	
AMおやつ	ビスケット 麦茶		
29 土 😊	白身魚フライ 肉団子 野菜炒め 果物(バナナ)		
PMおやつ	ゼリー		
AMおやつ	ビスケット 麦茶		
31 月	夏野菜カレー 福神漬 シーザーサラダ フルーツポンチ	ノンエッグマヨネーズ	太陽の光をたっぷり浴びて育った夏野菜は栄養の宝庫です。
PMおやつ	せんべい 牛乳		