



7 月 の 献 立 表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (火)	麦茶 小魚せんべい	なすのそぼろ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	豚挽肉	なす・人参・もやし きゅうり・玉葱	麦茶 蒸しかぼちゃ
2 (水)	麦茶 ボーロ	いり豆腐 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ・ふ	鶏挽肉	玉葱・人参・トマト きゅうり・キャベツ・大根	麦茶 蒸しパン
3 (木)	麦茶 ウエハース	豚肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	豚肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・わかめ	麦茶 お野菜ボーロ
4 (金)	麦茶 かぼちゃクッキー	食パン メロン 野菜スープ	食パン・じゃが芋	鶏肉	玉葱・もやし・キャベツ 人参・メロン	麦茶 ゼリー
5 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
7 (月)	麦茶 マンナ	煮込みうどん 温野菜 バナナ	ゆでうどん	鶏ささ身	人参・玉葱・キャベツ きゅうり・もやし・バナナ	麦茶 ゼリー
8 (火)	麦茶 小魚せんべい	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	麦茶 蒸しパン
9 (水)	麦茶 ゼリー	そぼろ煮 かぼちゃの煮 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・ふ・みそ	豚挽肉	かぼちゃ・人参・玉葱 わかめ・きゅうり	麦茶 鉄入りビスケット
10 (木)	麦茶 ボーロ	豆腐のそぼろ煮 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし・なす	麦茶 お野菜せんべい
11 (金)	麦茶 鉄入りビスケット	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	鶏肉	玉葱・人参・大根 きゅうり・キャベツ	麦茶 バナナ
12 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・南瓜 きゅうり・スイカ	
14 (月)	麦茶 ウエハース	煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 スイカ	ゆでうどん	鶏挽肉	玉葱・人参・南瓜 きゅうり・スイカ	麦茶 おかがゆ
15 (火)	麦茶 ボーロ	肉じゃが 温野菜 おかゆ	米・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・わかめ キャベツ	麦茶 パン



7 月 の 献 立 表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (水)	麦茶 バナナ	豆腐つくね 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ・じゃが芋	鶏挽肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・キャベツ	麦茶 かぼちゃクッキー
17 (木)	麦茶 お野菜せんべい	なすと豚肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	豚肉	なす・玉葱・人参 もやし・きゅうり・大根	麦茶 蒸しパン
18 (金)	麦茶 ボーロ	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・ふ・みそ	鶏肉	キャベツ・人参・きゅうり わかめ	麦茶 ゼリー
19 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
22 (火)	麦茶 マンナ	じゃが芋のそぼろ煮 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・ふ・みそ	豚挽肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・キャベツ	麦茶 キャロット蒸しパン
23 (水)	麦茶 お野菜せんべい	食パン 温野菜 スープ	食パン	鶏肉	キャベツ・きゅうり・人参 玉葱	麦茶 ゼリー
24 (木)	麦茶 ウエハース	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ	米	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし・わかめ	麦茶 ボーロ
25 (金)	麦茶 小魚せんべい	キャロットがゆ 温野菜 鶏肉の煮物 スープ	米・豆腐	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし	麦茶 ゼリー
26 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
28 (月)	麦茶 鉄入りビスケット	そぼろがゆ 南瓜のサラダ 豆腐スープ	米・豆腐	鶏挽肉	ほうれん草・もやし・人参 きゅうり・かぼちゃ・わかめ	麦茶 お好み焼き
29 (火)	麦茶 スイカ	煮込みうどん ポテトサラダ	ゆでうどん・じゃが芋	しらす	玉葱・人参・きゅうり 大根	麦茶 しらすがゆ
30 (水)	麦茶 ボーロ	いり豆腐 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ じゃが芋	鶏挽肉	玉葱・人参・きゅうり もやし	麦茶 やまいもクッキー
31 (水)	麦茶 小魚せんべい	食パン 豚肉の煮物 スープ	食パン	豚肉	キャベツ・玉葱・人参 もやし・わかめ	麦茶 ふかしいも