



7月 給食献立表



令和3年

献立表

日 曜	5～6月	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)	7～8月	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)	9～11月	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)
1日 土	10倍がゆ 豆餡のペースト かぼちゃのペースト		米・小麦胚芽・かたくり粉	たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	7倍がゆ 豆と野菜のとうろく煮 かぼちゃの炊らか煮つぶし		米・小麦胚芽・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	軟飯 豆と野菜のみそ煮 かぼちゃの炊らか煮 さな粉軟飯		米・小麦胚芽・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし
3日 月	10倍がゆ 豆餡のペースト にんじんのペースト チンゲン菜のペースト	絹ごし豆腐	米	米・小麦胚芽・かたくり粉	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜のトロロ煮 チンゲン菜の炊らか煮	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・キャベツ チンゲンサイ	水・だし	軟飯 豆餡と野菜のトロロ煮 スチゲン菜の炊らか煮 ホトウグサ	絹ごし豆腐・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・醤油	にんじん・キャベツ チンゲンサイ	水・だし・しょう油 へーちゃんソース
4日 火	10倍がゆ 豆餡のペースト だいたいこんのペースト じゃがいものペースト	不糖豆腐	米	米・小麦胚芽・かたくり粉	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜煮 じゃがいもの炊らか煮つぶし	不糖豆腐	米・かたくり粉	にんじん・大根	水・だし	軟飯 豆餡と野菜と野菜煮 スチゲン菜の炊らか煮 おから軟飯		米・かたくり粉・じゃがいも	にんじん・大根	水・だし・しょう油
5日 水	10倍がゆ 豆餡のペースト にんじんのペースト きゅうりのペースト		米	米・かたくり粉	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜のトロロ煮 きゅうりの炊らか煮		米・かたくり粉	こまつな・にんじん・きゅうり	水・だし	軟飯 豆餡と野菜のトロロ煮 スチゲン菜の炊らか煮 ホトウグサ	不糖豆腐・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・醤油	こまつな・にんじん・きゅうり	水・だし・しょう油 へーちゃんソース
6日 木	10倍がゆ 白身魚のペースト たまねぎのペースト かぼちゃのペースト	たら	米	米・かたくり粉	水・だし	7倍がゆ 白身魚のほくし煮 かぼちゃの炊らか煮つぶし	たら	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	軟飯 白身魚のほくし煮 かぼちゃの炊らか煮 野菜入り軟飯		米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし・しょう油
7日 金	10倍がゆ 豆餡のペースト にんじんのペースト だいたいこんのペースト	絹ごし豆腐	米	米・小麦胚芽・大根	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜のトロロ煮 だいたいこんの炊らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし	軟飯 豆餡と野菜のトロロ煮 スチゲン菜の炊らか煮 ホトウグサ	ささ身・調子豆乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・醤油	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし・しょう油 へーちゃんソース
8日 土	10倍がゆ 豆餡のペースト 小松菜のペースト じゃがいものペースト	不糖豆腐	米・じゃがいも	こまつな	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜のトロロ煮 じゃがいもの炊らか煮つぶし	不糖豆腐	米・かたくり粉・じゃがいも	こまつな・たまねぎ	水・だし	軟飯 豆餡と野菜のトロロ煮 スチゲン菜の炊らか煮 マカロニきな粉	不糖豆腐・きな粉	米・かたくり粉・じゃがいも 上白糖	こまつな・たまねぎ	水・だし・しょう油・食塩
10日 月	10倍がゆ 豆餡のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト	絹ごし豆腐	米	にんじん・キャベツ	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜のトロロ煮 キャベツの炊らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・キャベツ	水・だし	軟飯 豆餡と野菜のトロロ煮 キャベツの炊らか煮 ふかし芋	みそ・きな粉	米・かたくり粉・じゃがいも	たまねぎ・キャベツ	水・だし
11日 火	10倍がゆ 豆餡のペースト キャベツのペースト じゃがいものペースト		米・小麦胚芽・かたくり粉	キャベツ	水・だし	7倍がゆ 豆と野菜のとうろく煮 じゃがいもの炊らか煮つぶし		米・小麦胚芽・かたくり粉	たまねぎ・キャベツ	水・だし	軟飯 豆と野菜のみそ煮 スチゲン菜の炊らか煮 きな粉軟飯		米・小麦胚芽・かたくり粉	たまねぎ・キャベツ	水・だし
12日 水	10倍がゆ 豆餡のペースト ほうろく菜のペースト ブロッコリーのペースト	絹ごし豆腐	米	ほうろく菜・ブロッコリー	水・だし	7倍がゆ 豆と野菜のとうろく煮 ブロッコリーの炊らか煮	ブナ缶	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし	軟飯 豆と野菜のみそ煮 ブロッコリーの炊らか煮 おから軟飯	ブナ缶・かつお削り粉	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし・しょう油
13日 木	10倍がゆ 白身魚のペースト 小松菜のペースト きゅうりのペースト	たら	米	こまつな・きゅうり	水・だし	7倍がゆ 白身魚のほくし煮 きゅうりの炊らか煮	ます	米・かたくり粉	にんじん・こまつな・きゅうり	水・だし	軟飯 白身魚のほくし煮 スチゲン菜の炊らか煮 ホトウグサ	ます・調子豆乳	米・かたくり粉 上白糖・醤油	にんじん・こまつな・きゅうり	水・だし・しょう油 へーちゃんソース
14日 金	10倍がゆ 豆餡のペースト キャベツのペースト にんじんのペースト		米・小麦胚芽・かたくり粉	キャベツ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜煮 にんじんの炊らか煮	高野豆腐	米・かたくり粉	たまねぎ・キャベツ・にんじん	水・だし	軟飯 豆餡と野菜と野菜煮 スチゲン菜の炊らか煮 野菜入り軟飯	高野豆腐	米・かたくり粉	たまねぎ・キャベツ・にんじん	水・だし・しょう油
15日 土	10倍がゆ 豆餡のペースト にんじんのペースト きゅうりのペースト		米・小麦胚芽・かたくり粉	にんじん・きゅうり	水・だし	7倍がゆ 豆と野菜のとうろく煮 きゅうりの炊らか煮	ブナ缶	米・かたくり粉	キャベツ・にんじん・きゅうり	水・だし	軟飯 豆と野菜のみそ煮 スチゲン菜の炊らか煮 おから軟飯	ブナ缶・かつお削り粉	米・かたくり粉	キャベツ・にんじん・きゅうり	水・だし・しょう油
31日 月	10倍がゆ 豆餡のペースト たまねぎのペースト かぼちゃのペースト		米・小麦胚芽・かたくり粉	たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	7倍がゆ 豆と野菜のとうろく煮 かぼちゃの炊らか煮つぶし		米・小麦胚芽・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	軟飯 豆と野菜のみそ煮 かぼちゃの炊らか煮 きな粉軟飯	みそ・きな粉	米・小麦胚芽・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし

※煮べたてしない献立がある場合は給食提供日までに、何らかのご自宅でお試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までにご連絡下さい。

※献立により献立・食料を変更することがあります。