



給食献立表



高畑保育園
令和8年7月1日

		昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
1	水	野菜ラーメン ゆで卵 りんご	ミルク 厚切りパウム	豚肉/豆乳/卵/スキムミルク	ちゃんぽん麺/ごま油	にんじん/もやし/キャベツ/たまねぎ/刻みのり/こねぎ/りんご
2	木	鶏肉の照り焼き 海藻サラダ 玉ねぎのすまし汁	牛乳 とうもろこし	鶏肉/いか/牛乳	米/砂糖	わかめ/きゅうり/にんじん/キャベツ/コーン缶/えのき/たまねぎ/こねぎ/とうもろこし
3	金	ハヤシシチュー パイナップル	牛乳 ツナマヨパン	牛肉/牛乳/卵/ツナ缶	米/ホットケーキミックス	しめじ/たまねぎ/にんじん/パイナップル
4	土	生姜焼き風 わかめスープ	牛乳 ビスケット	豚肉/牛乳	米/ごま油	にんじん/もやし/たまねぎ/ピーマン/キャベツ/しょうが/わかめ
6	月	ハンバーグ スパゲッティサラダ 冬瓜のスープ	牛乳 フルーツロール	合いミンチ/卵/豆腐/牛乳/かにかま/生クリーム	米/パン粉/スパゲッティ/片栗粉/ロールパン/砂糖	たまねぎ/にんじん/きゅうり/コーン缶/とうが/こねぎ/パイナップル/みかん缶
7	火	〈七夕行事〉 わかめおにぎり、から揚げ・里ポテト とうもろこし・フロッキー・オレンジ ゼリー・七夕そうめん	牛乳 しゅわしゅわフルーツポンチ	鶏肉/牛乳/ヤクルト/ゼラチン	米/上新粉/アンパンマンポテト/そうめん/砂糖	しょうが/とうもろこし/フロッキー/オレンジ/にんじん/オクラ/パイン缶/すいか/みかん缶/もも缶/バナナ
8	水	海苔の Pasta 野菜スープ バナナ	牛乳 コーンフレーク	生クリーム/牛乳	スパゲッティ	こねぎ/刻み海苔/海苔佃煮/しめじ/たまねぎ/にんじん/キャベツ/バナナ
9	木	魚の塩焼き 豆腐の炒り煮 茄子の味噌汁	ヨーグルト ブルーベリーソースかけ	魚/合いミンチ/豆腐/卵/油揚げ/スキムミルク	米/砂糖	にんじん/たまねぎ/ごぼう/ほうれんそう/なす/こねぎ/ブルーベリージャム
10	金	エビのフリッター 酢の物 ポタージュスープ	牛乳 麦饅頭	生クリーム/牛乳/豆腐/こしあん	米/油/はるさめ/じゃがいも/上新粉/白玉粉/砂糖	きゅうり/わかめ/みかん缶/たまねぎ/にんじん/かぼちゃ/クリームコーン缶
11	土	じゃが芋のトマト煮 チーズ	牛乳 クッキー	豚肉/大豆/チーズ/牛乳	米/じゃがいも	たまねぎ/にんじん
13	月	大豆のふわふわ団子 豚しゃぶサラダ 麩のすまし汁	牛乳 ウインナーパン	大豆/豆腐/豚ミンチ/はんぺん/卵/豚肉/牛乳/ウインナー	米/片栗粉/ふ/ホットケーキミックス	キャベツ/きゅうり/にんじん/もやし/ミニトマト/たまねぎ/こねぎ
14	火	魚の西京焼き ごぼうと大豆の甘辛炒め すまし汁	牛乳 わらびもち	魚/大豆/豆腐/牛乳/スキムミルク/きな粉	米/砂糖/ごま	にんじん/ごぼう/ごまつな/たまねぎ/こねぎ
15	水	タンダーチキン しらす和え モロヘイヤと卵のスープ	牛乳 豆腐のスコーン	鶏肉/ヨーグルト/しらす干し/卵/牛乳/豆腐/きな粉	米/ホットケーキミックス/バター/砂糖	ごまつな/にんじん/キャベツ/もやし/モロヘイヤ
16	木	〈誕生会〉 鮭ご飯・エビフライ・ウインナー カラフルキッシュ・フロッキー キウイフルーツ・ヤクルト	牛乳 誕生日ケーキ	魚/ウインナー/卵/ベーコン/牛乳/ヤクルト/生クリーム	米/油/ホットケーキミックス/バター	ほうれんそう/たまねぎ/にんじん/かぼちゃ/フロッキー/キウイフルーツ/りんご
17	金	夏野菜カレー フルーツヨーグルト	牛乳 ドーナッツ	牛肉/ヨーグルト/牛乳	じゃがいも/米/砂糖	なす/トマト/たまねぎ/にんじん/もも缶/パイナップル/みかん缶/バナナ
18	土	キャベツの中華あんかけ わかめのすまし汁	牛乳 せんべい	豚肉/牛乳	米/砂糖/片栗粉	だいこん/にんじん/キャベツ/しいたけ/しょうが/わかめ/たまねぎ
21	火	ポテトのチーズ焼き ひじきの炒り煮 オニオンスープ	牛乳 マシュマロサンド	ウインナー/生クリーム/チーズ/大豆/油揚げ/天ぷら/牛乳	米/じゃがいも/しらたき/砂糖	コーン缶/パセリ/ひじき/にんじん/れんこん/いんげん/たまねぎ
22	水	きつねうどん おかか和え	牛乳 きな粉トースト	鶏肉/かまぼこ/油揚げ/かつお節/牛乳/きな粉	うどん種/砂糖/食パン/バター	たまねぎ/こねぎ/キャベツ/にんじん/もやし/ごまつな
23	木	魚のオープン焼き 納豆サラダ ポテトスープ	ミルク せんべい	魚/挽きわり納豆/スキムミルク	米/砂糖/パン粉/じゃがいも	しょうが/きゅうり/にんじん/キャベツ/たくあん/たまねぎ
24	金	そぼろ丼 南瓜の味噌汁 りんご	牛乳 プチケーキ	合いミンチ/卵/厚揚げ/牛乳	砂糖/米	たまねぎ/にんじん/かぼちゃ/こねぎ/りんご
25	土	麻婆豆腐 キャベツのスープ	牛乳 ビスケット	合いミンチ/豆腐/牛乳	米/砂糖	たまねぎ/にんじん/こねぎ/キャベツ
27	月	鶏のさっぱり煮 人参しりしり 冬瓜のスープ	牛乳 ジャムサンド	手羽元/卵/ツナ缶/牛乳	米/片栗粉/砂糖/サンドイッチパン	しょうが/にんにく/にんじん/とうが/こねぎ/いちごジャム
28	火	ししゃもフライ ナムル 豆腐のスープ	牛乳 南瓜とバナナの ソフトクッキー	ししゃも/卵/豆腐/牛乳	米/薄力粉/パン粉/油/ごま油/砂糖/ホットケーキミックス/バター	わかめ/もやし/きゅうり/にんじん/たまねぎ/かぼちゃ/バナナ
29	水	焼きそば かきたま汁 バナナ	牛乳 スイートポテト	豚肉/天ぷら/かつお節/卵/牛乳/生クリーム	やきそば種/さつまいも/砂糖/バター	キャベツ/たまねぎ/もやし/にんじん/こねぎ/バナナ
30	木	豚肉のピカタ もすくのポン酢和え えのきのすまし汁	牛乳 麩のラスク	豚肉/卵/粉チーズ/かにかま/牛乳	米/薄力粉/砂糖/ふ/バター	もすく/きゅうり/キャベツ/えのきたけ/たまねぎ/こねぎ
31	金	親子丼 じゃがいもの味噌汁 パイナップル	牛乳 チョコクロワッサン	鶏肉/かまぼこ/卵/牛乳	米/片栗粉/砂糖/じゃがいも/チョコクロワッサン	乾しいたけ/にんじん/たまねぎ/こねぎ/わかめ/パイナップル