

7月2日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 鶏肉の照焼 ごま和え 野菜きんぴら なめこ汁	米飯 牛乳 豚肉のトウバンジャン炒め 五目豆 パイン缶 なめこ汁	米飯 牛乳 鶏肉の照焼 ポイルもやし 野菜きんぴら ごま和え 梅干し なめこ汁	米飯 牛乳 豚肉のトウバンジャン炒め ごま和え 五目豆 パイン缶 なめこ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鶏もも肉 上白糖 醤油 酒 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みりん でん粉 水	豚もも肉(薄切り) キャベツ にら 人参 たけのこ(水煮缶) きくらげ 塩 こしょう 醤油 上白糖 酒 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ごま油 でん粉	鶏もも肉 上白糖 醤油 酒 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みりん でん粉 水 もやし ぎゅうり 塩	豚もも肉(薄切り) キャベツ にら 人参 たけのこ(水煮缶) きくらげ 塩 こしょう 醤油 上白糖 酒 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ごま油 でん粉
小松菜 人参 切干大根 醤油 ごま(白・すり) 白練りごま 醤油 上白糖	大豆 こんにゃく 人参 干椎茸 昆布 三温糖 醤油 水	こんにゃく 人参 じゃが芋 さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 ごま(白・いり) 七味唐辛子	小松菜 人参 切干大根 醤油 ごま(白・すり) 白練りごま 醤油 上白糖
なめこ 長ねぎ 豆腐 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 煮干し粉 水	なめこ 長ねぎ 豆腐 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 煮干し粉 水	小松菜 人参 切干大根 醤油 ごま(白・すり) 白練りごま 醤油 上白糖 梅干し なめこ 長ねぎ 豆腐 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 煮干し粉 水	大豆 こんにゃく 人参 干椎茸 昆布 三温糖 醤油 水 パイン(缶 飛ット) なめこ 長ねぎ 豆腐 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 煮干し粉 水

7月3日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 さばのネギソース揚げ 塩もみ ごぼうの炒り煮 じゃが芋のみそ汁	米飯 牛乳 白身魚のトマトソースかけ ペンネのソテー ポップビーンズ じゃが芋のみそ汁	米飯 牛乳 さばのネギソース揚げ 塩もみ きのこソテー ごぼうの炒り煮 ポップビーンズ じゃが芋のみそ汁	米飯 牛乳 白身魚のトマトソースかけ きのこソテー ペンネのソテー ポップビーンズ じゃが芋のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米 牛乳 鯖(三枚卸・骨無し) 醤油 酒 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 酢 ごま油 長ねぎ キャベツ 人参 塩 ごぼう こんにゃく 人参 さつま揚げ サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酒 七味唐辛子 ごま(白・いり) わかめ(乾燥) 長ねぎ じゃが芋 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 ほき(切り身) 塩 こしょう 小麦粉 バター トマト水煮(缶 ホール) 玉ねぎ ピーマン オリーブ油 ラー油 ウスターソース 上白糖 塩 マカロニ(ペンネ) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう パセリ 大豆 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 塩 わかめ(乾燥) 長ねぎ じゃが芋 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 鯖(三枚卸・骨無し) 醤油 酒 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 酢 ごま油 長ねぎ キャベツ 人参 塩 しめじ えのきたけ ちんげん菜 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう マカロニ(ペンネ) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう パセリ 大豆 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 塩 わかめ(乾燥) 長ねぎ じゃが芋 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	

7月4日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 鮭のバターポン酢焼き 即席漬け ひじきの炒め煮 カシューナッツ 大根と生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 ちくわの磯部揚げ アーモンドあえ 筑前煮 昆布の佃煮 大根と生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 鮭のバターポン酢焼き 即席漬け 野菜炒め ひじきの炒め煮 カシューナッツ 大根と生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 ちくわの磯部揚げ アーモンドあえ 野菜炒め 筑前煮 昆布の佃煮 大根と生揚げのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鮭(切り身) 塩 こしょう 小麦粉 バター 醤油 上白糖 酢 レモン汁 でん粉 水	ちくわ 小麦粉 青のり 水 揚げ油(米ぬか油)	鮭(切り身) 塩 こしょう 小麦粉 バター 醤油 上白糖 酢 レモン汁 でん粉 水	ちくわ 小麦粉 青のり 水 揚げ油(米ぬか油)
キャベツ きゅうり 塩 醤油	鶏もも肉(皮なし) 人参 ごぼう 干椎茸 こんにゃく たけのこ(水煮缶) さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 水	キャベツ きゅうり 塩 醤油 玉ねぎ ちんげん菜 人参 ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	玉ねぎ ちんげん菜 人参 ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
ひじき さつま揚げ 大豆 人参 ごぼう しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油	きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん 水	ひじき さつま揚げ 大豆 人参 ごぼう しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油	鶏もも肉(皮なし) 人参 ごぼう 干椎茸 こんにゃく たけのこ(水煮缶) さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 水
カシューナッツ(個)		カシューナッツ(個)	
大根 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	大根 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	大根 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん 水 大根 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

7月5日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
牛乳 ポークカレーライス パンプキンエッグ 大根とわかめのサラダ 福神漬け	牛乳 麻婆丼 切干大根のナムル 春巻 冷凍みかん	麦ごはん 牛乳 パンプキンエッグ ゆでキャベツ ピーマンソテー 大根とわかめのサラダ 福神漬け ポークカレー	麦ごはん 牛乳 春巻 ゆでキャベツ ピーマンソテー 切干大根のナムル プリ辛こんにゃく 麻婆丼の具
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化米 強化押し麦 豚もも肉(角切り) じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリンピース(冷凍) にんにく バター 塩 脱脂粉乳 チャツネ ●カレールウ 水	牛乳 精白米 強化押し麦 強化米 豚もも挽肉 豆腐 にら 長ねぎ 干椎茸 にんにく 生姜 サラダ油(米ぬか油) ごま油 酒 三温糖 みそ(淡色・辛) 醤油 トウバンジャン がらスープの素 でん粉 かき油 水	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 ●パンプキンエッグ キャベツ 塩 ピーマン もやし サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 ●春巻 揚げ油(米ぬか油) キャベツ 塩 ピーマン もやし サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
●パンプキンエッグ 大根 きゅうり ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう 醤油 福神漬け	切干大根 醤油 きゅうり 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油 ごま(白・いり) ●春巻 揚げ油(米ぬか油) みかん	大根 きゅうり ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう 醤油 福神漬け	切干大根 醤油 きゅうり 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油 ごま(白・いり) しらたき ごま油 三温糖 醤油 一味唐辛子
福神漬け	福神漬け	豚もも肉(角切り) じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリンピース(冷凍) にんにく バター 塩 脱脂粉乳 チャツネ ●カレールウ 水	豚もも挽肉 豆腐 にら 長ねぎ 干椎茸 にんにく 生姜 サラダ油(米ぬか油) ごま油 酒 三温糖 みそ(淡色・辛) 醤油 トウバンジャン がらスープの素 でん粉 かき油 水

7月6日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 肉団子のケチャップ煮 小松菜とちくわのからしあえ グラッセ 沢煮わん 七タゼリー	米飯 牛乳 肉うどん イカフライ 塩もみ 七タゼリー 大豆の甘辛煮	米飯 牛乳 肉団子のケチャップ煮 小松菜とちくわのからしあえ 七タゼリー グラッセ 沢煮わん	米飯 牛乳 イカフライ 塩もみ エリンギといんげんのカレー炒め 七タゼリー 大豆の甘辛煮 沢煮わん
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
●肉団子 玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン バター トマトケチャップ ハヤシルウ 塩 こしょう 水	うどん(冷凍) 豚もも肉(薄切り) 油揚げ なると巻き 人参 長ねぎ たけのこ(水煮缶) しめじ 醤油 みりん 削り節 だし昆布 水 七味唐辛子	●肉団子 玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン バター トマトケチャップ ハヤシルウ 塩 こしょう 水	●イカフライ 揚げ油(米ぬか油)
切干大根 醤油 小松菜 ちくわ 醤油 洋からし(粉)	●イカフライ 揚げ油(米ぬか油)	切干大根 醤油 小松菜 ちくわ 醤油 洋からし(粉)	キャベツ 人参 塩
ホールコーン(冷) 人参 上白糖 こしょう バター 水 塩	●七タデザート 大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水	●七タデザート ホールコーン(冷) 人参 上白糖 こしょう バター 水 塩	●七タデザート
豚もも肉(薄切り) 人参 えのきたけ ごぼう さやえんどう(冷凍) 緑豆春雨 たけのこ(水煮缶) 削り節 煮干し粉 醤油 酒 塩 水	●七タデザート	豚もも肉(薄切り) 人参 えのきたけ ごぼう さやえんどう(冷凍) 緑豆春雨 たけのこ(水煮缶) 削り節 煮干し粉 醤油 酒 塩 水	エリンギ さやいんげん(冷凍) もやし ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう カレー粉 ウスターソース
●七タデザート			大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水

7月9日 使用食材

A献立名
 アーモンドそぼろごはん
 牛乳
 コーンしゅうまい
 チンゲン菜のソテー
 切り昆布とじゃが芋の煮物
 チーズ
 豆腐のスープ

食品名

精白米
 強化押し麦
 強化米
 醤油
 酒
 塩
 鶏挽肉
 アーモンド(ダイス)
 醤油
 みりん
 酒
 上白糖
 グリンピース(冷凍)

牛乳

●コーンしゅうまい

ちんげん菜
 もやし
 えのきたけ
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう
 醤油

きざみ昆布
 人参
 じゃが芋
 三温糖
 醤油
 酒
 水

●チーズ(ca強化)

豆腐
 しめじ
 長ねぎ
 塩
 こしょう
 がらスープの素
 醤油
 水

B献立名
 米飯
 牛乳
 メンチカツ
 フレンチサラダ
 くきわかめのきんぴら
 チーズ
 豆腐のスープ

食品名

精白米
 強化米

 牛乳

 ●メンチカツ
 揚げ油(米ぬか油)

 キャベツ
 きゅうり
 パイン(缶 7ピット)
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう
 酢

茎わかめ
 ごぼう
 こんにやく
 人参
 さつま揚げ
 サラダ油(米ぬか油)
 三温糖
 醤油
 酒
 一味唐辛子

●チーズ(ca強化)

豆腐
 しめじ
 長ねぎ
 塩
 こしょう
 がらスープの素
 醤油
 水

C献立名
 アーモンドそぼろごはん
 牛乳
 コーンしゅうまい
 チンゲン菜のソテー
 フレンチサラダ
 切り昆布とじゃが芋の煮物
 チーズ
 豆腐のスープ

食品名

精白米
 強化押し麦
 強化米
 醤油
 酒
 塩
 鶏挽肉
 アーモンド(ダイス)
 醤油
 みりん
 酒
 上白糖
 グリンピース(冷凍)

牛乳

●コーンしゅうまい

ちんげん菜
 もやし
 えのきたけ
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう
 醤油

キャベツ
 きゅうり
 パイン(缶 7ピット)
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう
 酢

きざみ昆布
 人参
 じゃが芋
 三温糖
 醤油
 酒
 水

●チーズ(ca強化)

豆腐
 しめじ
 長ねぎ
 塩
 こしょう
 がらスープの素
 醤油
 水

D献立名
 米飯
 牛乳
 メンチカツ
 ゆでもやし
 くきわかめのきんぴら
 フレンチサラダ
 チーズ
 豆腐のスープ

食品名

精白米
 強化米

牛乳

●メンチカツ
 揚げ油(米ぬか油)

もやし
 人参
 塩

茎わかめ
 ごぼう
 こんにやく
 人参
 さつま揚げ
 サラダ油(米ぬか油)
 三温糖
 醤油
 酒
 一味唐辛子

キャベツ
 きゅうり
 パイン(缶 7ピット)
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう
 酢

●チーズ(ca強化)

豆腐
 しめじ
 長ねぎ
 塩
 こしょう
 がらスープの素
 醤油
 水

7月10日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
牛乳 ビビンバ 厚焼き卵 ジャガイモのソテー アーモンド小魚 油揚げのみそ汁	米飯 牛乳 鶏肉のカレー揚げ 風味漬け ちくわのきんぴら とうもろこし 油揚げのみそ汁	麦ごはん 牛乳 ビビンバ 厚焼き卵 ジャガイモのソテー アーモンド小魚 油揚げのみそ汁	米飯 牛乳 鶏肉のカレー揚げ 風味漬け ちくわのきんぴら とうもろこし 桃缶 油揚げのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化押し麦 強化米 豚もも肉(薄切り) 牛もも肉(薄切り) 生姜 にんにく 醤油 酒 ぜんまい水煮 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ほうれん草 切干大根 人参 もやし ごま油 醤油 三温糖 生姜 ごま(白・すり) ごま(白・いり) ●厚焼き卵 じゃが芋 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ●アーモンド小魚 油揚げ わかめ(乾燥) えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 鶏もも肉(皮なし) 塩 醤油 酒 カレー粉 でん粉 揚げ油(米ぬか油) キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり) ちくわ こんにゃく ごぼう さやいんげん(冷凍) 人参 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 酒 七味唐辛子 とうもろこし 塩 油揚げ わかめ(乾燥) えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 豚もも肉(薄切り) 牛もも肉(薄切り) 生姜 にんにく 醤油 酒 ぜんまい水煮 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ほうれん草 切干大根 人参 もやし ごま油 醤油 三温糖 生姜 ごま(白・すり) ごま(白・いり) ●厚焼き卵 じゃが芋 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ●アーモンド小魚 油揚げ わかめ(乾燥) えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 鶏もも肉(皮なし) 塩 醤油 酒 カレー粉 でん粉 揚げ油(米ぬか油) キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり) ちくわ こんにゃく ごぼう さやいんげん(冷凍) 人参 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 酒 七味唐辛子 とうもろこし 塩 黄桃(缶 缶) 油揚げ わかめ(乾燥) えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

7月11日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 鶏肉のチーズ包み揚げ ペンネのソテー 高野豆腐の煮物 金時豆の甘煮 麩のみそ汁	チーズパン 牛乳 ツナとしめじのトマトスパゲティ 中華サラダ	米飯 牛乳 鶏肉のチーズ包み揚げ ペンネのソテー 中華サラダ 高野豆腐の煮物 金時豆の甘煮 麩のみそ汁	米飯 牛乳 ホイコーロー 焼き餃子 中華サラダ 金時豆の甘煮 麩のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	チーズパン	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
●鶏肉のチーズ包み揚げ 揚げ油(米ぬか油)	スパゲティ(冷) まぐろ油漬 ショルダーベーコン 玉ねぎ しめじ トマト水煮(缶 ホール) パセリ にんにく サラダ油(米ぬか油) こしょう 塩 トマトケチャップ トマトピューレ ハヤシルウ 赤ワイン 水 粉チーズ	●鶏肉のチーズ包み揚げ 揚げ油(米ぬか油)	豚もも肉(薄切り) 人参 キャベツ たけのこ(水煮缶) ピーマン 生姜 にんにく きくらげ サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) トウバンジャン 酒 でん粉 水
マカロニ(ペンネ) サラダ油(米ぬか油) トマトケチャップ 塩 パセリ	こんにゃくかんてん もやし 人参 わかめ(乾燥) 醤油 酢 上白糖 ごま油 ごま(白・いり)	マカロニ(ペンネ) サラダ油(米ぬか油) トマトケチャップ 塩 パセリ	●ぎょうざ
高野豆腐 ちくわ たけのこ(水煮缶) さやいんげん(冷凍) 人参 干椎茸 三温糖 みりん 醤油 削り節 水	高野豆腐 ちくわ たけのこ(水煮缶) さやいんげん(冷凍) 人参 干椎茸 三温糖 みりん 醤油 削り節 水	こんにゃくかんてん もやし 人参 わかめ(乾燥) 醤油 酢 上白糖 ごま油 ごま(白・いり)	こんにゃくかんてん もやし 人参 わかめ(乾燥) 醤油 酢 上白糖 ごま油 ごま(白・いり)
いんげん豆 三温糖 醤油 水	いんげん豆 三温糖 醤油 水	いんげん豆 三温糖 醤油 水	いんげん豆 三温糖 醤油 水
えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水

7月12日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 チキンと茄子のスペイン風 グリーンサラダ もち麦のつぶつぶスープ プリン	米飯 牛乳 鮭フライ きのこソテー 豚肉と生揚げのみそ煮 もち麦のつぶつぶスープ	米飯 牛乳 チキンと茄子のスペイン風 グリーンサラダ プリン グラッセ もち麦のつぶつぶスープ	米飯 牛乳 鮭フライ ボイルもやし きのこソテー 豚肉と生揚げのみそ煮 グラッセ もち麦のつぶつぶスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鶏もも肉(皮なし) 塩 こしょう なす しめじ 玉ねぎ 人参 セロリ にんにく トマト水煮(缶 ホール) オリーブ油 トマトケチャップ ハヤシルウ 上白糖 パセリ(乾燥) 塩 こしょう 水	●鮭フライ 揚げ油(米ぬか油) しめじ えのきたけ ちんげん菜 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 豚もも肉(薄切り) 醤油 生揚げ 人参 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(淡色・辛) 醤油 水	鶏もも肉(皮なし) 塩 こしょう なす しめじ 玉ねぎ 人参 セロリ にんにく トマト水煮(缶 ホール) オリーブ油 トマトケチャップ ハヤシルウ 上白糖 パセリ(乾燥) 塩 こしょう 水	●鮭フライ 揚げ油(米ぬか油) もやし 人参 醤油 しめじ えのきたけ ちんげん菜 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 豚もも肉(薄切り) 醤油 生揚げ 人参 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(淡色・辛) 醤油 水
キャベツ きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう	ショルダーベーコン 玉ねぎ もち麦(大麦) 人参 じゃが芋 にんにく オリーブ油 がらスープの素 塩 こしょう 水 パセリ(乾燥)	キャベツ きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう	●プリン ホールコーン(冷) さやいんげん(冷凍) 上白糖 こしょう バター 水 塩 ショルダーベーコン 玉ねぎ もち麦(大麦) 人参 じゃが芋 にんにく オリーブ油 がらスープの素 塩 こしょう 水 パセリ(乾燥)
●プリン		●プリン ホールコーン(冷) さやいんげん(冷凍) 上白糖 こしょう バター 水 塩 ショルダーベーコン 玉ねぎ もち麦(大麦) 人参 じゃが芋 にんにく オリーブ油 がらスープの素 塩 こしょう 水 パセリ(乾燥)	

7月13日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
大かまそぼろごはん 牛乳 ししゃものフライ ゆでキャベツ 青菜のソテー もやしのスープ	米飯 牛乳 照焼ハンバーグ 青菜のソテー 水と土のめぐみサラダ パイン缶 もやしのスープ	大かまそぼろごはん 牛乳 ししゃものフライ ゆでキャベツ 含め煮 水と土のめぐみサラダ パイン缶 もやしのスープ	米飯 牛乳 照焼ハンバーグ ゆでキャベツ 青菜のソテー 水と土のめぐみサラダ パイン缶 もやしのスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化押し麦 強化米 醤油 酒 塩 蒸しかまぼこ 鶏挽肉 人参 干椎茸 生姜 グリンピース(冷凍) 醤油 酒 上白糖 塩	精白米 強化米 牛乳 ●ハンバーグ 三温糖 醤油 酒 生姜 でん粉 水	精白米 強化押し麦 強化米 醤油 酒 塩 蒸しかまぼこ 鶏挽肉 人参 干椎茸 生姜 グリンピース(冷凍) 醤油 酒 上白糖 塩	精白米 強化米 牛乳 ●ハンバーグ 三温糖 醤油 酒 生姜 でん粉 水
牛乳	ちんげん菜 人参 しめじ	牛乳	キャベツ 塩
●ししゃものフライ 揚げ油(米ぬか油)	ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油	●ししゃものフライ 揚げ油(米ぬか油)	ちんげん菜 人参 しめじ
キャベツ 塩	ひじき 切干大根 醤油 みりん	キャベツ 塩	ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油
ちんげん菜 人参 しめじ ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油	枝豆(冷凍 むき) 人参 酢 ごま油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	こんにゃく 人参 車麩 削り節 三温糖 醤油 水	ひじき 切干大根 醤油 みりん 枝豆(冷凍 むき) 人参 酢 ごま油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
もやし にら えのきたけ 豆腐 がらスープの素 醤油 塩 こしょう でん粉 水	パイン(缶 ㊦ット) もやし にら えのきたけ 豆腐 がらスープの素 醤油 塩 こしょう でん粉 水	ひじき 切干大根 醤油 みりん 枝豆(冷凍 むき) 人参 酢 ごま油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	ひじき 切干大根 醤油 みりん 枝豆(冷凍 むき) 人参 酢 ごま油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
パイン(缶 ㊦ット) もやし にら えのきたけ 豆腐 がらスープの素 醤油 塩 こしょう でん粉 水	パイン(缶 ㊦ット) もやし にら えのきたけ 豆腐 がらスープの素 醤油 塩 こしょう でん粉 水	パイン(缶 ㊦ット) もやし にら えのきたけ 豆腐 がらスープの素 醤油 塩 こしょう でん粉 水	パイン(缶 ㊦ット) もやし にら えのきたけ 豆腐 がらスープの素 醤油 塩 こしょう でん粉 水

7月17日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
牛乳 キーマカレーライス 甘辛肉団子 わかめサラダ 福神漬け	牛乳 親子丼 チーズはんぺんフライ ごま酢和え	麦ごはん 牛乳 甘辛肉団子 ボイル野菜 わかめサラダ りんごゼリー 福神漬け キーマカレー	麦ごはん 牛乳 チーズはんぺんフライ ボイル野菜 ごま酢和え りんごゼリー 昆布の佃煮 親子丼の具
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化米 強化押し麦 豚もも挽肉 ひよこまめ-ゆで じゃが芋 カレー粉 にんにく 生姜 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう チャツネ ●カレールウ 水 ●肉団子 三温糖 醤油 酒 でん粉 水 キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢 福神漬け	牛乳 精白米 強化押し麦 強化米 鶏もも肉(皮なし) 鶏卵 人参 玉ねぎ 干椎茸 上白糖 塩 醤油 みりん 削り節 水 ●チーズはんぺんフライ 切干大根 醤油 ほうれん草 まぐろ油漬 ごま(白・すり) 上白糖 酢 醤油 ●肉団子 三温糖 醤油 酒 でん粉 水 キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢 福神漬け	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 ●肉団子 三温糖 醤油 酒 でん粉 水 もやし 人参 塩 キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢 ●りんごゼリー 福神漬け 豚もも挽肉 ひよこまめ-ゆで じゃが芋 カレー粉 にんにく 生姜 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう チャツネ ●カレールウ 水	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 ●チーズはんぺんフライ もやし 人参 塩 切干大根 醤油 ほうれん草 まぐろ油漬 ごま(白・すり) 上白糖 酢 醤油 ●りんごゼリー きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん 水 鶏もも肉(皮なし) 鶏卵 人参 玉ねぎ 干椎茸 上白糖 塩 醤油 みりん 削り節 水

7月18日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米粉パン 牛乳 白身魚フライ フレンチサラダ スパゲティのソテー チーズ もずくのスープ	米飯 牛乳 タンタン麺 コーン入りひたし すいか チーズ	米粉パン 牛乳 白身魚フライ スパゲティのソテー にらともやしのソテー フレンチサラダ チーズ もずくのスープ	米飯 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き にらともやしのソテー コーン入りひたし じゃが芋と揚げ麩の甘辛煮 チーズ もずくのスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
米粉パン	精白米 強化米	米粉パン	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
●白身魚フライ 揚げ油(米ぬか油)	中華めん(冷凍) 豚もも挽肉 長ねぎ 生姜 にんにく トウバンジャン 醤油 サラダ油(米ぬか油) 人参 白菜 ちんげん菜 もやし 干椎茸 きくらげ がらスープの素 醤油 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) 上白糖 酒 ごま油 トウバンジャン ごま(白・いり) でん粉 水	●白身魚フライ 揚げ油(米ぬか油)	鶏もも肉 上白糖 醤油 みりん 酒 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油)
キャベツ きゅうり ロースハム サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢	スパゲティ(カット) 豚もも肉(薄切り) 玉ねぎ パセリ(乾燥) 塩 こしょう トマトケチャップ 粉チーズ サラダ油(米ぬか油)	スパゲティ(カット) 豚もも肉(薄切り) 玉ねぎ パセリ(乾燥) 塩 こしょう トマトケチャップ 粉チーズ サラダ油(米ぬか油)	もやし にら 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
●チーズ(ca強化)	小松菜 ホールコーン(冷) しめじ 醤油	もやし にら 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	小松菜 ホールコーン(冷) しめじ 醤油
もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水	すいか	もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水	じゃが芋 ●揚げ麩 人参 三温糖 みりん 醤油 削り節 水
	●チーズ(ca強化)	●チーズ(ca強化)	●チーズ(ca強化)
	もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水	もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水	もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水

7月19日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 厚揚げと豚肉のカレー煮 大豆の磯煮 きゅうりのピリ辛漬け えのきのみそ汁	米飯 牛乳 鮭のマリネ風 粉ふき芋 大豆の磯煮 えのきのみそ汁	米飯 牛乳 厚揚げと豚肉のカレー煮 野菜ソテー 中華サラダ きゅうりのピリ辛漬け えのきのみそ汁	米飯 牛乳 鮭のマリネ風 粉ふき芋 大豆の磯煮 きゅうりのピリ辛漬け えのきのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
生揚げ 豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) グリンピース(冷凍) カレー粉 サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 みりん がらスープの素 でん粉 水	鮭(切り身) 塩 こしょう でん粉 揚げ油(米ぬか油) キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 酢 上白糖 サラダ油(米ぬか油) ごま油 生姜 醤油 一味唐辛子 ごま(白・いり)	生揚げ 豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) グリンピース(冷凍) カレー粉 サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 みりん がらスープの素 でん粉 水	鮭(切り身) 塩 こしょう でん粉 揚げ油(米ぬか油) キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 酢 上白糖 サラダ油(米ぬか油) ごま油 生姜 醤油 一味唐辛子 ごま(白・いり)
ひじき さつま揚げ 大豆 人参 ごぼう こんにゃく サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油	じゃが芋 塩 こしょう パセリ	しめじ 玉ねぎ 小松菜 バター 塩 こしょう	じゃが芋 塩 こしょう パセリ
きゅうり 塩 生姜 醤油 ごま油 ラー油	ひじき さつま揚げ 大豆 人参 ごぼう こんにゃく サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油	緑豆春雨 もやし 人参 わかめ(乾燥) 醤油 上白糖 酢 ごま油	ひじき さつま揚げ 大豆 人参 ごぼう こんにゃく サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油
油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	きゅうり 塩 生姜 醤油 ごま油 ラー油	きゅうり 塩 生姜 醤油 ごま油 ラー油
油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水

7月20日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
枝豆ごはん 牛乳 あじフライ アセロラゼリー もやしの浸し 切干大根の炒り煮 生揚げのみそ汁	人参パン 牛乳 きのこのクリームスパゲティ ツナサラダ	枝豆ごはん 牛乳 あじフライ もやしの浸し 切干大根の炒り煮 アセロラゼリー ピリ辛こんにゃく 生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 ポークシューマイ もやしの浸し ツナサラダ なすのみそいため アーモンド 生揚げのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米 塩 酒 枝豆(冷凍 むき)	人参パン 牛乳	精白米 強化米 塩 酒 枝豆(冷凍 むき)	精白米 強化米 牛乳
牛乳 ●あじフライ 揚げ油(米ぬか油)	スパゲティ(冷) 鶏もも肉(皮なし) 玉ねぎ しめじ まいたけ ほうれん草 サラダ油(米ぬか油)	牛乳 ●あじフライ 揚げ油(米ぬか油)	ポークシューマイ もやし 小松菜 醤油
●アセロラゼリー もやし 小松菜 醤油	こしょう 塩 がらスープの素 ●ホワイトルウ 粉チーズ 脱脂粉乳 水 牛乳	もやし 小松菜 醤油	きゅうり キャベツ
さつま揚げ 人参 干椎茸 切干大根 削り節 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水	きゅうり キャベツ ホールコーン(冷) 玉ねぎ まぐろ油漬 酢 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	さつま揚げ 人参 干椎茸 切干大根 削り節 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水	ホールコーン(冷) 玉ねぎ まぐろ油漬 酢 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水		●アセロラゼリー	なす 玉ねぎ ピーマン 人参 サラダ油(米ぬか油) みそ(淡色・辛) 上白糖 醤油 七味唐辛子 酒
		しらたき ごま油 三温糖 醤油 一味唐辛子	アーモンド-乾 生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

7月23日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
牛乳 チンジャオロースー丼 揚げ餃子 シャキシャキサラダ わかめのみそ汁	米飯 牛乳 さばの塩焼き なめたけ和え 鶏肉とナッツの炒め物 プルーン わかめのみそ汁	麦ごはん 牛乳 チンジャオロースー 揚げ餃子 シャキシャキサラダ プルーン わかめのみそ汁	米飯 牛乳 さばの塩焼き キャベツのゆかりあえ なめたけ和え 鶏肉とナッツの炒め物 プルーン わかめのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化米 強化押し麦 豚もも肉(薄切り) にんにく 生姜 醤油 でん粉 ピーマン 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) サラダ油(米ぬか油) 酒 三温糖 醤油 かき油 ごま油 でん粉 水 ●ぎょうざ 揚げ油(米ぬか油) じゃが芋 人参 きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう 油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 鯖(三枚卸・骨無し) 塩 サラダ油(米ぬか油) 小松菜 切干大根 人参 醤油 えのきたけ 醤油 上白糖 鶏もも肉(皮なし) ロースカシューナッツ ピーマン 人参 干椎茸 長ねぎ サラダ油(米ぬか油) みそ(淡色・辛) 醤油 酒 上白糖 プルーン(種抜) 油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 豚もも肉(薄切り) にんにく 生姜 醤油 でん粉 ピーマン 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) サラダ油(米ぬか油) 酒 三温糖 醤油 かき油 ごま油 でん粉 水 ●ぎょうざ 揚げ油(米ぬか油) じゃが芋 人参 きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう プルーン(種抜) 油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 鯖(三枚卸・骨無し) 塩 サラダ油(米ぬか油) キャベツ ゆかり粉 塩 小松菜 切干大根 人参 醤油 えのきたけ 醤油 上白糖 鶏もも肉(皮なし) ロースカシューナッツ ピーマン 人参 干椎茸 長ねぎ サラダ油(米ぬか油) みそ(淡色・辛) 醤油 酒 上白糖 プルーン(種抜) 油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

7月24日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 酢豚 コールスローサラダ パイン缶 豆腐のスープ	米飯 牛乳 鶏肉のカレー焼き ペンネのソテー 肉じゃが 豆腐のスープ	米飯 牛乳 酢豚 ごまびたし コールスローサラダ パイン缶 豆腐のスープ	米飯 牛乳 鶏肉のカレー焼き ペンネのソテー ごまびたし 肉じゃが パイン缶 豆腐のスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
豚もも肉(角切り) 醤油 生姜 でん粉 揚げ油(米ぬか油) たけのこ(水煮缶) ピーマン 玉ねぎ 人参 干椎茸 にんにく サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう がらスープの素 上白糖 醤油 トマトケチャップ でん粉 水 ごま油 酢	鶏もも肉 上白糖 醤油 みりん 酒 カレー粉 サラダ油(米ぬか油) マカロニ(ペンネ) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう パセリ 豚もも肉(薄切り) じゃが芋 玉ねぎ 人参 しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 塩 水 豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	豚もも肉(角切り) 醤油 生姜 でん粉 揚げ油(米ぬか油) たけのこ(水煮缶) ピーマン 玉ねぎ 人参 干椎茸 にんにく サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう がらスープの素 上白糖 醤油 トマトケチャップ でん粉 水 ごま油 酢	鶏もも肉 上白糖 醤油 みりん 酒 カレー粉 サラダ油(米ぬか油) マカロニ(ペンネ) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう パセリ 小松菜 もやし ごま(白・いり) 醤油
キャベツ 人参 ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢	豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	小松菜 もやし ごま(白・いり) 醤油 キャベツ 人参 ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢	豚もも肉(薄切り) じゃが芋 玉ねぎ 人参 しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 塩 水
パイン(缶 ㊦ット)	豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	パイン(缶 ㊦ット)	パイン(缶 ㊦ット)
豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水
豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	豆腐 ショルダーベーコン 長ねぎ えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水