

※マヨネーズ、天ぷら粉、加工品は卵不使用のものを使用しています。

## 2022年7月 献立表(1日~15日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物		原材料名(調味料省略)
1	金	ごはん 鶏肉梅照り焼き 小松菜ごま和え 厚揚げ煮物 味噌汁	オレンジ	大豆スコーン スキムミルク	●米●鶏肉、梅干し●小松菜、人参、ごま●厚揚げ ●玉ねぎ、えのき、わかめ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、大豆、バター、スキムミルク
2	土	五日チャーハン じゃがいも照り焼き スープ		お楽しみおやつ 牛乳	●米、焼き豚、玉ねぎ、人参、グリーンピース、コーン ●じゃがいも●木綿豆腐、キャベツ
3	日				
4	月	ごはん 魚ちゃんちゃん焼き チンゲン菜かまぼこ和え 高野豆腐煮物 すまし汁	バナナ	シュガートースト スキムミルク	●米●鮭、キャベツ、人参、コーン●チンゲン菜 きゅうり、赤板かまぼこ●高野豆腐●人参、しめじ ねぎ●バナナ ◆食パン、バター
5	火	ごはん 豚肉しょうが炒め キャベツツナ和え プチトマト 味噌汁	りんご	枝豆塩昆布おにぎり お茶	●米●豚肉、しょうが、玉ねぎ、人参、ピーマン ●キャベツ、わかめ、ツナ●プチトマト●木綿豆腐 もやし、油揚げ●りんご ◆米、枝豆、塩昆布
6	水	青菜ごはん 魚西京焼き ほうれん草白和え ゆでウインナー すまし汁	オレンジ	カレーマフィン スキムミルク	●米、青菜ふりかけ●カラスカレイ、ごま●ほうれん草 人参、木綿豆腐、糸こんにゃく●ウインナー ●モロヘイヤ、玉ねぎ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、玉ねぎ、人参、ツナ カレー粉、チーズ、スキムミルク
7	木	ごはん チーズハンバーグ ゆでブロッコリー 天の川サラダ スープ	メロン	フルーツポンチ お茶	●米●豚ひき肉、玉ねぎ、人参、木綿豆腐、チーズ、 パン粉、スキムミルク●ブロッコリー●そうめん、ツナ オクラ、コーン●人参、しめじ、わかめ●メロン ◆かんでんぱぱ、桃缶、みかん缶、バナナ
8	金	ごはん 魚唐揚げ 切干大根サラダ こんにゃく金平 味噌汁	オレンジ	ウインナーパイ スキムミルク	●米●赤魚、しょうが、小麦粉 ●切り干し大根、小松菜、人参、ツナ、焼きのり ●板こんにゃく、ごま●玉ねぎ、じゃがいも、油揚げ ●オレンジ ◆パイシート、ウインナー
9	土	ナポリタン スープ	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●スパゲティ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン ●木綿豆腐、えのき、わかめ●バナナ
10	日				
11	月	ごはん やみつきチキン ほうれん草ソテー ころころサラダ すまし汁	オレンジ	バタークッキー スキムミルク	●米●鶏肉、にんにく●ほうれん草、しめじ、バター ●大豆、きゅうり、チーズ、コーン、ごま●玉ねぎ、人参 わかめ●オレンジ ◆小麦粉、バター、スキムミルク
12	火	ごはん 魚レモン風味ムニエル キャベツ塩昆布和え ジャーマンポテト 味噌汁	バナナ	チーズトースト スキムミルク	●米●鮭、バター、レモン果汁、小麦粉●キャベツ きゅうり、塩昆布●じゃがいも、玉ねぎ、ウインナー ●人参、油揚げ、ねぎ●バナナ ◆食パン、チーズ
13	水	ごはん ホイコーロー ゆでとうもろこし スープ	オレンジ	カップケーキ スキムミルク	●米●豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、パプリカ しょうが、にんにく●とうもろこし●木綿豆腐、春雨 しめじ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、レーズン、バター、スキムミルク
14	木	ごはん 魚塩焼き チンゲン菜しらす和え ポテトサラダ 味噌汁	スイカ	お好み焼き(1~2歳児) たこ焼き(3~5歳児) お茶	●米●鮭●チンゲン菜、きゅうり、しらす干し ●じゃがいも、人参、枝豆、コーン●玉ねぎ、なめこ ねぎ●スイカ ◆お好み焼き粉、豚ひき肉、キャベツ、ねぎ、かつお節 ◆小麦粉、キャベツ、たこ、ねぎ、かつお節
15	金	夏野菜カレー チーズ もやしごま酢和え	メロン	豆腐ドーナツ スキムミルク	●米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ピーマン ズッキーニ、カレールウ、スキムミルク●チーズ ●もやし、人参、わかめ、ごま●メロン ◆ホットケーキミックス、スキムミルク、木綿豆腐

## 2022年7月 献立表(16日~31日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
16	土	豚丼 味噌汁	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、豚肉、しょうが、玉ねぎ、人参、しらたき、ねぎ ごま●じゃがいも、油揚げ、わかめ●オレンジ
17	日				
18	月	 <b>海の日</b>			
19	火	おかかごはん ささ身フライ ブロッコリー和え物 マカロニサラダ スープ ひとくちゼリー		レモンケーキ スキムミルク	●米、かつお節、ごま●鶏ささ身、小麦粉、パン粉 ●ブロッコリー、人参●マカロニ、きゅうり、ツナ ●レタス、えのき●ひとくちゼリー ◆ホットケーキミックス、レモン、バター、スキムミルク ホイップクリーム
20	水	ごはん 魚オーロラソースかけ 小松菜ナムル こんにゃく甘辛炒め すまし汁	オレンジ	コーンフレーク 牛乳	●米●カラスカレイ●小松菜、人参、もやし、ごま ●板こんにゃく●そうめん、赤板かまぼこ、わかめ ●オレンジ ◆コーンフレーク
21	木	ごはん 鶏肉トマト煮 ひじき和風和え ちくわ磯辺焼き スープ	バナナ	黒糖蒸しパン スキムミルク	●米●鶏肉、玉ねぎ、にんにく、トマト缶●ひじき 小松菜、人参、ツナ、かつお節、焼きのり●ちくわ 青のり●キャベツ、オクラ、えのき●バナナ ◆ホットケーキミックス、黒糖、スキムミルク
22	金	ごはん 魚かば焼き キャベツ梅肉和え 金時豆煮物 味噌汁	メロン	しらすおにぎり お茶	●米●鮭(1~2歳児)、さば(3~5歳児)、しょうが ●キャベツ、きゅうり、梅干し●金時豆●厚揚げ 玉ねぎ、人参●メロン ◆米、小松菜、しらす干し、ごま
23	土	ジャージャー麺 スープ	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆで中華麺、豚ひき肉、しょうが、玉ねぎ、たけのこ きゅうり●もやし、人参、わかめ●オレンジ
24	日				
25	月	ごはん 酢鶏 わかめしらす和え物 バイクドじゃが スープ	バナナ	きな粉クッキー スキムミルク	●米●鶏肉、しょうが、玉ねぎ、人参、ピーマン、小麦粉 ●わかめ、きゅうり、しらす干し、ごま●じゃがいも パセリ粉●レタス、コーン●バナナ ◆小麦粉、きな粉、バター、スキムミルク
26	火	ごはん 魚コーンマヨ焼き 白菜ゆかり和え 五目豆煮物 味噌汁	オレンジ	ツナマヨサンド スキムミルク	●米●鮭、コーン●白菜、人参、ゆかりふりかけ ●ひじき、大豆、人参、ちくわ、板こんにゃく ●木綿豆腐、なめこ、ねぎ●オレンジ ◆食パン、ツナ
27	水	ごはん 冷しゃぶ かぼちゃオープン焼き スープ	バナナ	麩ラスク せんべい スキムミルク	●米●豚肉、キャベツ、きゅうり、もやし、しょうが かつお節●かぼちゃ●チンゲン菜、人参、ウインナー ●バナナ ◆おつゆ麩、バター◆星たべよ
28	木	わかめごはん 魚香草パン粉焼き 小松菜変わり和え 春雨カレー炒め すまし汁	オレンジ	ヨーグルト ビスケット お茶	●米、わかめふりかけ●カラスカレイ、パン粉 粉チーズ、パセリ粉●小松菜、人参、ウインナー ●春雨、玉ねぎ、しめじ、カレー粉●もやし、白菜、ねぎ ●オレンジ ◆ヨーグルト、スキムミルク◆マリー
29	金	鶏そぼろおにぎり きゅうりの浅漬け ゆでウインナー フライドポテト とうもろこし そうめん汁	スイカ	アイスクリーム お茶	●米、鶏ひき肉、人参、ごま●きゅうり●ウインナー ●じゃがいも●とうもろこし●そうめん、油揚げ 赤板かまぼこ、ねぎ●スイカ ◆アイスクリーム
30	土	ピザトースト スープ	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●食パン、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー、チーズ ●春雨、大根、しめじ、人参●バナナ
31	日				

※仕入の都合・行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※初めて食べる食材がある場合、園にお知らせください。