








2024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	おやつ	原材料名(調味料省略)
1	月	ごはん チキン南蛮 小松菜しらす和え ひじきサラダ すまし汁	バナナ	コンソメポテト 牛乳	●米●鶏肉、ピーマン、玉ねぎ、小麦粉 ●小松菜、人参、しらす干し●ひじき、きゅうり、コーン、ごま ●木綿豆腐、えのきたけ、ねぎ●バナナ ◆じゃがいも、コンソメ
2	火	ごはん 魚香味焼き 春雨中華和え かぼちゃの天ぷら スープ	メロン 	バナナマフィン 牛乳	●米●赤魚、しょうが、にんにく、ねぎ、ごま ●春雨、人参、きゅうり、ごま ●かぼちゃ、天ぷら粉 ●キャベツ、人参、わかめ●メロン ◆ホットケーキミックス、バナナ、スキムミルク、バター
3	水	青菜ごはん 肉じゃが ほうれん草和風和え トマトマリネ	オレンジ	レモンシュガートースト 牛乳	●米、青菜ふりかけ●豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、ねぎ 糸こんにゃく ●ほうれん草、人参、ツナ、かつお節、焼きのり ●トマト、玉ねぎ、わかめ●オレンジ ◆食パン、バター、レモン果汁
4	木	ごはん すり身焼きあんかけ 白菜甘酢和え こんにゃく土佐煮 味噌汁	スイカ 	ハートパイ 牛乳	●米●白身魚すり身、玉ねぎ、人参、ひじき、ごぼう、しょうが、ねぎ ●白菜、きゅうり、わかめ●こんにゃく ●厚揚げ、ほうれん草、にんじん●スイカ ◆パイシート
5	金	ごはん チーズハンバーグ  キャベツおかか和え バターコーン 七夕そうめん	メロン	きらきらゼリー お茶 	●米●豚ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、スキムミルク、チーズ ●キャベツ、きゅうり、もやし、かつお節 ●ほうれん草、玉ねぎ、コーン、バター ●そうめん、オクラ、人参●メロン ◆寒天ばば、みかん缶
6	土	焼きそば 味噌汁	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆで中華めん、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、青のり ●わかめ、人参、えのきたけ●バナナ
7	日				
8	月	ごはん 魚レモンバタームニエル チンゲン菜ごま和え ゆでウインナー 味噌汁	オレンジ	ツナマヨマフィン 牛乳	●米●鮭、バター、レモン果汁 ●チンゲン菜、人参、油揚げ、ごま●ウインナー ●なめこ、木綿豆腐、ねぎ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、ツナ、バター、スキムミルク
9	火	ハヤシライス ほうれん草白和え ちくわしょうゆマヨ	スイカ	フルーツヨーグルト クラッカー お茶	●米●豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、スキムミルク ハヤシルウ ●ほうれん草、人参、糸こんにゃく、木綿豆腐、ごま ●ちくわ●スイカ ◆ヨーグルト、スキムミルク、フルーツソース◆クラッカー
10	水	ごはん 魚西京焼き キャベツゆかり和え かぼちゃサラダ スープ	バナナ	きな粉クッキー 牛乳	●米●カラスカレイ、ごま ●キャベツ、人参、もやし、ゆかりふりかけ ●かぼちゃ、きゅうり、レーズン●玉ねぎ、人参、わかめ ●バナナ ◆小麦粉、きな粉、バター、スキムミルク
11	木	ごはん タンダーチキン  白菜・きゅうり塩昆布和え 高野豆腐煮物 味噌汁	メロン	ジャムサンド 牛乳	●米●鶏肉、ヨーグルト、しょうが、にんにく、カレー粉 ●白菜、きゅうり、人参、塩昆布●高野豆腐 ●玉ねぎ、人参、えのきたけ●メロン ◆食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム
12	金	ごはん 魚唐揚げ 小松菜中華和え 和風ポテトサラダ すまし汁	バナナ	アイスクリーム お茶 	●米●赤魚、しょうが、小麦粉●小松菜、人参、わかめ、ごま ●じゃがいも、きゅうり、ツナ、かつお節 ●油揚げ、もやし、ねぎ●バナナ ◆アイスクリーム
13	土	三色丼 スープ	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、鶏ひき肉、しょうが、ほうれん草、人参、もやし、コーン ●木綿豆腐、人参、わかめ●オレンジ
14	日				
15	月	 海の日 			

2024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 火	夏野菜カレー わかめの和え物 スパゲッティサラダ 	スイカ	コーンフレーク 牛乳	●米●豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、なす、ズッキーニ カレールウ、スキムミルク ●わかめ、きゅうり、もやし●スパゲティ、人参、きゅうり、ツナ ●スイカ ◆コーンフレーク
17 水	鮭わかめごはん ささみフライ ブロッコリーごま和え ゆでとうもろこし ジュリアンスープ ひとくちゼリー <div style="border: 1px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center;">お誕生日会 </div>		レモンチーズケーキ 牛乳	●米、鮭フレーク、わかめふりかけ ●鶏ささ身、パン粉、小麦粉●ブロッコリー、人参、ごま ●とうもろこし●キャベツ、人参、えのきたけ●ひとくちゼリー ◆ホットケーキミックス、クリームチーズ、バター、スキムミルク、 レモン果汁、ホイップクリーム
18 木	ごはん 魚オーロラソースかけ チンゲン菜和え物 切干大根煮物 味噌汁	バナナ	麩ラスク せんべい 牛乳	●米●カラスカレイ、小麦粉、玉ねぎ、人参 ●チンゲン菜、白菜、もやし●切干大根、人参、油揚げ ●じゃがいも、なめこ、ねぎ●バナナ ◆おつゆ麩、バター◆星たべよ
19 金	ごはん 鶏肉トマト煮 ほうれん草のかまぼこ和え 金時豆煮 スープ 	メロン	フルーツポンチ お茶	●米●鶏肉、玉ねぎ、人参、にんにく、トマト缶、粉パセリ ●ほうれん草、人参、かまぼこ●金時豆 ●木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ●メロン ◆寒天ババ、みかん缶、もも缶、バナナ
20 土	希望保育のためお弁当の持参をお願い致します。			
21 日				
22 月	ごはん 魚マヨコーン焼き キャベツ・油揚げ和え物 じゃがいも金平 味噌汁	オレンジ	マカロニきなこ 牛乳	●米●鮭、コーン、スキムミルク、粉パセリ ●キャベツ、油揚げ、人参●じゃがいも、人参、糸こんにやく ごま●チンゲン菜、えのきたけ、玉ねぎ●オレンジ ◆マカロニ、きな粉
23 火	わかめごはん 麻婆豆腐 こまつなサラダ ジャーマンポテト	スイカ	桃ケーキ 牛乳	●米、わかめふりかけ●木綿豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、人参 ピーマン、しょうが、にんにく●小松菜、ツナ、コーン、ひじき ●じゃがいも、玉ねぎ、ウインナー、バター●スイカ ◆ホットケーキミックス、桃缶、バター、スキムミルク
24 水	ごはん 魚塩焼き 小松菜コーンと和え 春雨チャブチェ すまし汁	バナナ	枝豆・しらすおにぎり お茶	●米●鮭●小松菜、人参、コーン ●春雨、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、モロヘイヤ、ごま ●木綿豆腐、えのきたけ、わかめ●バナナ ◆米、枝豆、しらす干し
25 木	ごま塩ごはん 冷やしやぶ かぼちゃオープン焼き チーズ 味噌汁	メロン	おかず蒸しパン 牛乳	●米、ごま塩ふりかけ●豚肉、キャベツ、きゅうり、もやし、人参 しょうが、ごま、かつお節●かぼちゃ●キャンディチーズ ●油揚げ、しめじ、わかめ●メロン ◆ホットケーキミックス、玉ねぎ、コーン、チーズ、スキムミルク
26 金	ごはん 魚蒲焼 ブロッコリー和え物 ちくわ磯辺揚げ スープ 	スイカ	セサミスコーン 牛乳	●米●カラスカレイ、しょうが●ブロッコリー、人参 ●ちくわ、青のり ●木綿豆腐、小松菜、人参●スイカ ◆ホットケーキミックス、ごま、バター、スキムミルク
27 土	冷やし中華 じゃがマヨおかか	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆで中華めん、焼き豚、もやし、きゅうり、人参、コーン 刻みのり●じゃがいも、かつお節●オレンジ
28 日				
29 月	ごはん つくねあんかけ ほうれん草しらす和え 五目豆煮 すまし汁	バナナ	ジャムマフィン 牛乳	●米●鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、しょうが ●ほうれん草、わかめ、しらす干し●大豆、ひじき、人参 ちくわ、板こんにやく●玉ねぎ、もやし、ねぎ●バナナ ◆ホットケーキミックス、いちごジャム、バター、スキムミルク
30 火	ゆかりごはん 魚パン粉焼き いんげんごま和え こんにやく金平 味噌汁 	メロン	のりじゃこトースト 牛乳	●米、ゆかりふりかけ●カラスカレイ、パン粉、粉チーズ パセリ粉●いんげんまめ、人参、ひじき●板こんにやく、ごま ●じゃがいも、人参、小松菜●メロン ◆食パン、しらす干し、青のり
31 水	ごはん 豚しょうが炒め コロコロサラダ 照りっこかぼちゃ スープ	オレンジ	プリンアラモード お茶 	●米●豚肉、しょうが、玉ねぎ、人参、ピーマン ●大豆、きゅうり、コーン、ツナ、ごま●かぼちゃ、黒ごま ●キャベツ、人参、木綿豆腐●オレンジ ◆寒天ババ、スキムミルク、みかん缶、コーンフレーク

※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。