

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
1	29	月 ごはん 肉団子の甘酢あん スティックきゅうり スープ 果物	米 鶏ひき肉、食塩、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、 しょうゆ、酒、三温糖、酢、片栗粉、ピーマン きゅうり、食塩、ごま油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、じゃがいも カットわかめ、ねぎ	牛乳 コールスローサンド コッペパン、にんじん、きゅうり キャベツ、ハム、酢、三温糖 食塩、油
2	16	火 夏野菜スパゲティ 豆腐とツナのサラダ スープ 果物	スパゲティ、オリーブ油、豚肉、ズッキーニ たまねぎ、なす、トマト、食塩 豆腐、ツナ油漬缶、たまねぎ、いんげん、酢、しょうゆ 油、三温糖 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、だいこん、にんじん セロリ	調整豆乳 さつま芋ようかん さつまいも、砂糖、粉かんでん せんべい
3	17	水 ごはん 魚のスペアリブ はるさめの酢の物 味噌汁 果物	米 かじき、しょうゆ、酒、みりん、にんにく、油 はるさめ、にんじん、きゅうり、みかん缶、酢、三温糖、食塩 煮干だし汁、淡色みそ、なめこ、豆腐、ねぎ	飲むヨーグルト クッキー 小麦粉、バター、三温糖
4	18	木 ぶどうロール ポトフ 野菜炒め 果物	ぶどうパン 鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、 かつお・昆布だし汁、食塩 キャベツ、いんげん、ウインナーソーセージ、食塩	麦茶 ツナマヨおにぎり 米、ツナ油漬缶、マヨドレ たまねぎ
5	7	金 七つちらし 豆腐と青菜の チャンプルー トマト 清汁 果物	米、にんじん、コーン缶、さやえんどう、酢、三温糖、食塩 こんぶ(だし用)、れんこん、しめじ、三温糖、しょうゆ 油、豆腐、豚肉、チンゲンサイ、たまねぎ、ごま油 しょうゆ、食塩、酒、片栗粉 トマト かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、ピーマン、オクラ、とうがん	牛乳 短冊そうめん 干しそうめん、鶏ささ身、きゅうり にんじん、かつおだし汁 しょうゆ、みりん
6	20	土 ピラフ 豚肉のコーンクリーム煮 スープ 果物	米、ベーコン、たまねぎ、ピーマン、油、食塩 豚肉、油、クリームコーン缶、食塩、にんじん かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、かぼちゃ、いんげん	牛乳 せんべい クラッカー
8	22	月 焼きもち飯 鮭の塩焼き 揚げなすじゃこ炒め 味噌汁 果物	米、とうもろこし、油、しょうゆ さけ、酒、食塩 なす、しらす干し、油、三温糖、しょうゆ 煮干だし汁、淡色みそ、生揚げ、たまねぎ、こまつな	牛乳 チーズパン 食パン、たまねぎ、とろけるチーズ
9	23	火 カレーうどん キャベツと ズッキーニのソテー トマト 果物	ゆでうどん、油、鶏肉、たまねぎ、にんじん カレー粉、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、みりん 片栗粉、ほうれんそう、ねぎ キャベツ、ズッキーニ、ツナ油漬缶、食塩、オリーブ油 トマト	調整豆乳 五目おにぎり 米、豚肉、ごぼう、にんじん、 しめじ、しょうゆ、みりん、酒、食塩 焼きのり

※行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。

※1、2歳児は午前中に豆乳又は牛乳を飲みます。

※マヨドレは乳・卵なしのものを使用しています。

※ハム・ベーコン・ウインナーは乳・卵なしのものを使用しています。

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
10	24	水 ごはん 家常豆腐 ゆでとうもろこし 中華スープ 果物	米 油、にんにく、しょうが、豚肉、にんじん、ねぎ、 三温糖、食塩、しょうゆ、みそ、生揚げ、 たけのこ(ゆで)、片栗粉 とうもろこし、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、酒、鶏ささ身 チンゲンサイ、とうがん	飲むヨーグルト マドレーヌ バター、三温糖、卵、小麦粉、 ベーキングパウダー
11	25	木 コッペパン 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ ミニトマト スープ 果物	コッペパン 油、しょうが、豚肉、しょうゆ、みりん、酒、たまねぎ じゃがいも、きゅうり、酢、三温糖、食塩、油 ミニトマト かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、キャベツ、にんじん いんげん	調製豆乳 豆腐団子 白玉粉、上新粉、豆腐 きな粉、砂糖、食塩
12		金 ごはん 鶏肉の旨煮 ゆでokra スープ 果物	米 油、しょうが、鶏肉、ごぼう、にんじん、 れんこん、さといも、たけのこ(ゆで)、かつおだし汁、三温糖、 しょうゆ、食塩、酒 オクラ、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、だいこん、カットわかめ、ねぎ	牛乳 冷やし中華 ゆで中華めん、焼き豚、きゅうり にんじん、かつおだし汁、みりん しょうゆ、食塩、酢、ごま油
13	27	土 豚丼 さつまいものソテー スープ 果物	米、油、豚肉、だいこん、しょうが、みりん、しょうゆ、 いんげん、片栗粉 さつまいも、三温糖、しょうゆ、油、こまつな かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、にんじん、たまねぎ	牛乳 せんべい クラッカー
30		塩焼きそば 大根サラダ スープ 果物	焼きそばめん、油、鶏肉、こまつな、キャベツ にんじん、もやし、酒、食塩、しょうゆ、ごま油 だいこん、きゅうり、ツナ油漬缶、酢、三温糖、しょうゆ、油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、さつまいも、たまねぎ	調整豆乳 しぐれ煮おにぎり 米、豚肉、しょうが、しょうゆ 三温糖、焼きのり
31		水 ごはん 豆腐と青菜の チャンプルー トマト 清汁 果物	米 油、豆腐、豚肉、チンゲンサイ、たまねぎ、ごま油 しょうゆ、食塩、酒、片栗粉 トマト かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、ビーフン、オクラ、とうがん	牛乳 パンバンジー風そうめん 干しそうめん、鶏ささ身、きゅうり にんじん、かつおだし汁、酒 淡色みそ、酢、みりん、すりごま しょうゆ、ごま油
19		金 わかめおにぎり 鶏のから揚げ 焼きポテト 枝豆 豚汁	米、炊き込みわかめ 鶏肉、しょうが、にんにく、みりん、しょうゆ、 酒、片栗粉、油 じゃがいも、油、食塩 えだまめ、食塩 かつお・昆布だし汁、淡色みそ、だいこん、にんじん、ごぼう たまねぎ、こまつな、豚肉	りんごジュース 焼きとうもろこし とうもろこし、しょうゆ すいか
26	誕生会	金 チキンパエリア風 はるさめサラダ スープ 果物	米、オリーブ油、鶏もも肉、ベーコン、ワイン(白)、たまねぎ にんにく、トマト、ズッキーニ、黄ピーマン、食塩、三温糖 はるさめ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、酢、三温糖、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、豆腐、 ほうれんそう、コーン缶	オレンジジュース ショートケーキ 卵、グラニュー糖、小麦粉 生クリーム、グラニュー糖 バター、メロン

わくわく
なつあそび