

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (土) 15 (土)	スパゲティー オレンジ お茶	せんべい塩味/麦茶/スパゲティー、たまねぎ、こまつな、ツナ油漬け缶 ホールトマト缶、ケチャップ、食塩、油/オレンジ/麦茶/クラッカー /せんべい塩味/麦茶	せんべい お茶 クラッカー・せんべい お茶
3 (月) 24 (月)	御飯 すまし汁 鶏肉のごまみそ焼 ひじきと枝豆のサラダ	せんべい塩味/牛乳/米/木綿豆腐、こまつな、ねぎ、だし汁、しょうゆ 食塩/鶏もも肉、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま/ひじき、しょうゆ にんじん、えだまめ、コーン缶、酢、油、食塩、砂糖/クラッカー /せんべい塩味/牛乳	せんべい 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
4 (火) 18 (火)	御飯 みそ汁 白身魚の照り焼き じゃが芋と鶏肉の煮物	ヨーグルト/麦茶/米/切り干しだいごん、たまねぎ、油揚げ カットわかめ、だし汁、米みそ/たら、しょうゆ、みりん、酒/鶏もも肉 じゃがいも、にんじん、さやえんどう、砂糖、しょうゆ、酒/ゆでうどん 豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ごま油、ウスターソース、あおのり /牛乳	ヨーグルト お茶 焼きうどん 牛乳
5 (水) 19 (水)	御飯 みそ汁 炒り豆腐 おくらのおかか和え	クラッカー/牛乳/米/あさり水煮缶、ねぎ、米みそ/木綿豆腐、鶏ひき肉 干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、いんげん /オクラ、かつお節、しょうゆ/みかん缶、パイン缶、バナナ、ヨーグルト /麦茶	クラッカー 牛乳 ヨーグルトあえ お茶
6 (木) 20 (木)	御飯 みそ汁 鶏つくね 三色なます	チーズ/麦茶/米/もやし、油揚げ、だし汁、米みそ/鶏ひき肉、おから たまねぎ、しょうが、食塩、酒、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖/だいごん きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、だし汁/食パン、いちごジャム /牛乳	チーズ お茶 いちごジャムパン 牛乳
7 (金) 七夕 まつり	天の川そうめん 鶏のから揚げ ほうれん草の磯あえ ぶどう	ブルー/牛乳/干しそうめん、にんじん、オクラ、えび、ミニトマト だし汁、しょうゆ、みりん/鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく 片栗粉、油/ほうれん草、焼きのり、しょうゆ/ぶどう/うめ(果汁20%入飲料) 粉かんとん、砂糖、パイン缶/牛乳	ブルー 牛乳 キラキラゼリー 牛乳
8 (土) 22 (土)	けんちん汁 わかめおにぎり バナナ お茶	せんべい塩味/麦茶/だいごん、にんじん、ごぼう、木綿豆腐、油揚げ ねぎ、ごま油、だし汁、しょうゆ、食塩/米、炊き込みわかめ/バナナ /麦茶/クラッカー/せんべい塩味/麦茶	せんべい お茶 クラッカー・せんべい お茶
10 (月) 31 (月)	カレーライス フレンチサラダ オレンジ	クラッカー/牛乳/米、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールウ/キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩 白こしょう/オレンジ/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩/牛乳	クラッカー 牛乳 マカロニきな粉 牛乳
11 (火) 25 (火)	御飯 みそ汁 豚肉のしょうが焼き チンゲン菜のあえ物	ヨーグルト/麦茶/米/だいごん、なめこ、ねぎ、だし汁、米みそ /豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、しょうが、酒、油/チンゲンサイ にんじん、しらす干し、だし汁、しょうゆ、砂糖/クラッカー、クリームチーズ ツナ水煮缶/牛乳	ヨーグルト お茶 クラッカーサンド 牛乳
12 (水)	御飯 みそ汁 厚揚げの炒め物 小松菜とコーンの和え物	クラッカー/牛乳/米/さつまいも、ねぎ、だし汁、米みそ/生揚げ 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、にら、しめじ、ごま油、中華だしの素 しょうゆ、片栗粉/こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖/クラッカー /せんべい塩味/ジョア マスカット	クラッカー 牛乳 クラッカー・せんべい ジョア
13 (木) 27 (木)	御飯 きのこのスープ 肉団子 切干し大根のサラダ	チーズ/麦茶/米/えのきたけ、しめじ、たまねぎ、油、にんじん さやえんどう、洋風だしの素、食塩、こしょう/豚ひき肉、酒、食塩 片栗粉、たまねぎ、ねぎ、油、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉 /切り干しだいごん、きゅうり、にんじん、ちくわ、酢、砂糖、油、ごま /じゃがいも、食塩、米粉、油、しょうゆ、あおのり/牛乳	チーズ お茶 芋もち 牛乳
14 (金) 28 (金)	食パン かぼちゃスープ タンドリーチキン きゅうりとコーンのサラダ	ブルー/牛乳/食パン/かぼちゃ、たまねぎ、油、豆乳、 洋風だしの素、食塩、米粉/鶏もも肉、食塩、しょうゆ、にんにく カレー粉、ケチャップ、レモン果汁/きゅうり、コーン缶、にんじん、酢 油、食塩、こしょう/米、しそふりかけ、ごま/牛乳	ブルー 牛乳 ゆかりおにぎり 牛乳
21 (金)	枝豆とじゃこの御飯 すまし汁 豚かつ いんげん胡麻あえ	ブルー/牛乳/米、えだまめ、にんじん、しらす干し、しょうゆ、砂糖、酒 /焼ふ、えのきたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ、食塩、小麦粉 水、パン粉、油/いんげん、しょうゆ、すりごま/クラッカー/せんべい塩味 /牛乳	ブルー 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
26 (水) 誕生会	すまし汁 鮭ちらし寿司 鶏の衣揚げ いんげんのおかかあえ ぶどう	クラッカー/牛乳/こまつな、にんじん、えのきたけ、油揚げ、だし汁 しょうゆ、食塩/米、酢、砂糖、食塩、さけ(塩)、きゅうり、にんじん、ごま 焼きのり/鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、酒、しょうが、片栗粉、米粉、水、食塩 /いんげん、にんじん、しょうゆ、かつお節/ぶどう/バター、砂糖、豆乳 小麦粉、ベーキングパウダー、生クリーム、砂糖、みかん缶/牛乳	クラッカー 牛乳 お誕生ケーキ 牛乳
29 (土)	みそ煮込みうどん りんご お茶	せんべい塩味/麦茶/干しうどん、油揚げ、にんじん、キャベツ ねぎ、だし汁、米みそ、みりん/りんご/麦茶/クラッカー/ せんべい塩味/麦茶	せんべい お茶 クラッカー・せんべい お茶

※材料の都合により、献立の変更もありますので、ご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	435kcal(465kcal)	18.1g(19.8g)
3歳以上児	548kcal(573kcal)	22.4g(24.4g)

()は、目標量です。



★七夕まつり
天の川そうめん
鶏のから揚げ
ほうれん草の磯あえ
ぶどう
午後おやつ
キラキラゼリー
牛乳

～今月の行事食～

★誕生会
すまし汁
鮭ちらし寿司
鶏の衣揚げ
いんげんのおかかあえ
ぶどう
午後おやつ
お誕生ケーキ
牛乳

