

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (月) 15 (月)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) なすとひき肉のみそ炒め キャベツの磯あえ	せんべい/牛乳/米/木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/なす、油、食塩、鶏ひき肉、にんじん、ピーマン、油 米みそ、砂糖、片栗粉/キャベツ、にんじん、しょうゆ、ごま、あおのり /クラッカー、クリームチーズ、ツナ水煮缶/牛乳	せんべい 牛乳 クラッカーサンド 牛乳
2 (火) 23 (火)	御飯 みそスープ 厚揚げの炒め物 きゅうりのツナサラダ	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米/だいこん、にんじん、キャベツ、中華だしの素 米みそ/生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、にら、しめじ ごま油、しょうゆ、中華だしの素、片栗粉/きゅうり、ツナ油漬缶、コーン缶、酢、油、砂糖 しょうゆ/ホットケーキ粉、牛乳、ココア(ビュアココア)/牛乳	ヨーグルト お茶 ココアホットケーキ 牛乳
3 (水) 17 (水)	御飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 鶏肉の甘辛煮 切干大根のごま和え	牛乳/ブルーノ/米/じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒 /切り干しだいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、食塩、ごま/せんべい /クラッカー/牛乳	ブルーノ 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
4 (木) 18 (木)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) さわらとごぼうの煮つけ かぼちゃのそぼろあんかけ	クラッカー/牛乳/米/だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ/さわら、ごぼう、油、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖/かぼちゃ 鶏ひき肉、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩、片栗粉 /食パン、いちごジャム/牛乳	クラッカー 牛乳 いちごジャムサンド 牛乳
5 (金)	御飯 麩のすまし汁(えのき) ポークみそ焼き おくらと梅和え	チーズ/麦茶(浸出液)/米/焼ふ、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/豚肉(肩ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、米みそ 本みりん/きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ、砂糖、かつお節/調製豆乳、砂糖 米粉、レモン果汁、みかん缶/牛乳	チーズ お茶 ふるふるみかん(豆乳) 牛乳
6 (土) 20 (土)	きつねうどん フルーツカクテル(もも)	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖 たまねぎ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 /みかん缶、もも缶(白桃)、パイナップル/せんべい/クラッカー /麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
8 (月) 22 (月)	御飯 みそ汁(あさり) 肉団子の甘酢あん さっぱりポテトサラダ	せんべい/牛乳/米/あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉 油、酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉/じゃがいも、きゅうり、にんじん、おから 酢、油、砂糖、食塩/とうもろこし/牛乳	せんべい 牛乳 ゆでとうもろこし 牛乳
9 (火) 30 (火)	御飯 はるさめスープ(五目) マーボー豆腐 キャベツとわかめの中華和え	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米/はるさめ、チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ コーン缶、油、水、中華だしの素、食塩、ごま/木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが ごま油、しょうゆ、米みそ、砂糖、酒、片栗粉/キャベツ、きゅうり、カットわかめ しらす干し、酢、ごま油、砂糖、しょうゆ、ごま/にんじん、砂糖、粉かんでん、水 オレンジ濃縮果汁、レモン果汁、みかん缶/牛乳	ヨーグルト お茶 つぶつぶ人参ゼリー(かんでん) 牛乳
10 (水) 24 (水)	夏野菜カレーライス アスパラサラダ すいか	ブルーノ/牛乳/米、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、かぼちゃ、なす にんじん、干しぶどう、油、カレールウ/グリーンアスパラガス、コーン缶 にんじん、酢、油、食塩/すいか/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルーノ 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
12 (金) 26 (金)	御飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) かじきの香り焼き キャベツと油揚げの炒め煮	チーズ/麦茶(浸出液)/米/かぼちゃ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ/かじき しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん、食塩、片栗粉、油/キャベツ、油揚げ、油 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん/鶏もも肉(皮付き)、コーン缶、しらす干し 米粉、食塩、水、ごま油、しょうゆ、ごま油/牛乳	チーズ お茶 チヂミ 牛乳
13 (土) 27 (土)	あさりのスパゲティ オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ ピーマン、バター、ケチャップ、食塩、白こしょう/オレンジ /せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
16 (火)	御飯 みそ汁(キャベツ・あげ) 豚肉とたまねぎのソテー ひじきとさつま芋の煮物(人参)	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米/キャベツ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(肩ロース)、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ、ピーマン、油、ケチャップ 中濃ソース/ひじき、さつま芋、にんじん、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん 砂糖/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩/牛乳	ヨーグルト お茶 マカロニきな粉 牛乳
19 (金) 夏祭り	焼きそば 鶏のから揚げ きゅうりのピクルス フライドポテト	チーズ/麦茶(浸出液)/焼きそばめん、豚肉(ばら)、酒、こしょう、キャベツ、にんじん たまねぎ、油、中濃ソース、あおのり/鶏もも肉(皮付き)、しょうが、にんにく、しょうゆ みりん、砂糖、食塩、片栗粉/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩/ フライドポテト、食塩/パイナップル/すいか/牛乳	チーズ お茶 フルーツ 牛乳
25 (木) 誕生会	梅御飯 五目汁(じゃがいも・しめじ) 松風焼き・豆腐いり いんげんのごま和え(キャベツ)	クラッカー/牛乳/米、にんじん、うめ干し、こんぶだし、ごま/じゃがいも、たまねぎ しめじ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ、食塩/鶏ひき肉、木綿豆腐 たまねぎ、片栗粉、米みそ、酒、みりん、ごま、あおのり/いんげん、キャベツ、にんじん しょうゆ、ごま/かぼちゃ、ぎょうざの皮、スキムミルク、砂糖、バター、油/牛乳	クラッカー 牛乳 ひまわりパイ 牛乳
29 (月)	御飯 みそ汁(切り干しだいこん・玉ねぎ) シュウマイ きゅうりの土佐あえ	牛乳/せんべい/米/切り干しだいこん、たまねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ 酒、食塩、片栗粉、しゅうまいの皮/きゅうり、うめ干し、かつお節、酢 しょうゆ、砂糖/小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、黒砂糖/牛乳	せんべい 牛乳 黒糖蒸しパン(小麦粉) 牛乳
31 (水)	食パン クラムチャウダー(豆乳) ひじきのマリネ フルーツポンチ(すいか)	ブルーノ/牛乳/食パン/あさり水煮缶、酒、じゃがいも、たまねぎ にんじん、油、水、クリームコーン缶、豆乳、食塩、片栗粉/ひじき しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩 /すいか、もも缶(白桃)、みかん缶/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルーノ 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳

※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	417Kcal (466Kcal)	17.2g (18.6g)
3歳以上児	536Kcal (574Kcal)	21.2g (21.0g)

()は、目標量です。



～行事食～

★夏祭り(19日)

昼食

- ・ やきそば・鶏のから揚げ
- ・ きゅうりのピクルス
- ・ フライドポテト

午後おやつ

- ・ パイナップル・すいか
- ・ 牛乳

★誕生会(25日)

昼食

- ・ 梅御飯
- ・ 五目汁(じゃがいも・しめじ)
- ・ 松風焼き(豆腐入り)
- ・ いんげんの胡麻和え(キャベツ)

午後おやつ

- ・ ひまわりパイ
- ・ 牛乳