



日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (金) 15 (金)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) かじきの竜田揚げ 三色なます	チーズ/麦茶(浸出液)/米/さつま芋、鶏ひき肉、ねぎ かつお・昆布だし汁、米みそ/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉 油/だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁 /とうもろこし/牛乳	チーズ お茶 ゆでとうもろこし 牛乳
2 (土) 16 (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
4 (月) 25 (月)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 豚肉の香味焼き ひじきとさつま芋の煮物(人参)	せんべい/牛乳/米/だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(肩ロース)、にんにく、しょうゆ、酒、片栗粉、油 /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、さやえんどう/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩/牛乳	せんべい 牛乳 マカロニきな粉 牛乳
5 (火) 19 (火)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) ナゲット(おから) いんげんのごま和え(キャベツ)	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米/たまねぎ、にんじん、油揚げ かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏ひき肉、おから、たまねぎ、しょうが にんにく、水、片栗粉、食塩、こしょう、油/いんげん、キャベツ にんじん、しょうゆ、ごま/小麦粉、ベーキングパウダー、豆乳、油 砂糖、いちごジャム/牛乳	ヨーグルト お茶 いちご蒸しパン(卵無し・豆乳) 牛乳
6 (水) 20 (水)	御飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) 豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ) きゅうりのピクルス	ブルーン/牛乳/米/チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(肩ロース)、油、なす、ピーマン、油 にんじん、しょうゆ、酒、砂糖/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 食塩/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルーン 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
7 (木) 七夕の集い	七夕そうめん 鶏のから揚げ ゆで枝豆	クラッカー/牛乳/干しそうめん、にんじん、とうがん、砂糖、食塩、オクラ 焼ふ、かつおだし汁、しょうゆ、みりん/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、油/えだまめ、食塩 /りんご濃縮果汁、水、粉かんでん、砂糖、りんご(缶詰)/牛乳	クラッカー 牛乳 七夕キラキラゼリー 牛乳
8 (金) 22 (金)	御飯 豆腐みそ汁(あげ) 蒸しさけの照りつけ きんぴらごぼう(豚ひき肉)	チーズ/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、油揚げ、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/さけ、酒、みりん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、片栗粉/ごぼう、にんじん、豚ひき肉、ごま油、しょうゆ 砂糖、いんげん/フライドポテト、食塩/牛乳	チーズ お茶 フライドポテト 牛乳
9 (土) 23 (土)	わかめうどん 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、たまねぎ、にんじん ほうれんそう、カットわかめ、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)、パイン缶/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
11 (月)	御飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) 肉団子(焼き) 白和え(ほうれん草・ひじき)	せんべい/牛乳/米/じゃがいも、たまねぎ、にんじん かつお・昆布だし汁、米みそ/豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒 食塩、片栗粉、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉 /ほうれんそう、にんじん、ひじき、しょうゆ、木綿豆腐、ごま、砂糖、食塩 /粉かんでん、水、砂糖、パイン缶、もも缶(白桃)、みかん缶、りんご/牛乳	せんべい 牛乳 寒天入りフルーツポンチ 牛乳
12 (火) 26 (火)	食パン コンクリームスープ タンドリーチキン アスパラサラダ	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/食パン、/クリームコーン缶、コーン缶 たまねぎ、油、水、洋風だしの素、豆乳、食塩、片栗粉、パセリ粉/鶏もも肉 にんにく、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩、レモン果汁、カレー粉、片栗粉 /グリーンアスパラガス、コーン缶、にんじん、酢、油、食塩/米、さけ、ごま /牛乳	ヨーグルト お茶 さけおにぎり 牛乳
13 (水) 27 (水)	カレーライス フレンチサラダ すいか	ブルーン/牛乳/米、豚肉(肩ロース)、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/すいか/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルーン 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
14 (木)	御飯 はるさめスープ(キャベツ) 厚揚げの炒め物 きゅうりの昆布あえ	クラッカー/牛乳/米/はるさめ、キャベツ、ねぎ、水、中華だしの素 しょうゆ/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、塩こんぶ /ほうれんそう、チーズ、ホットケーキ粉、無塩バター、砂糖、牛乳/牛乳	クラッカー 牛乳 チーズカップケーキ 牛乳
21 (木)	にんじんごはん みそ汁(あさり) 肉じゃが(豆腐) おくらのおかか和え	クラッカー/牛乳/米、にんじん、しょうゆ、食塩/あさり水煮缶、ねぎ かつおだし汁、米みそ/牛肉(肩ロース)、焼き豆腐、じゃがいも、にんじん たまねぎ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖/オクラ しょうゆ、かつお節/ホットケーキ粉、牛乳/牛乳	クラッカー 牛乳 ホットケーキ 牛乳
28 (木) 誕生会	ゆかり御飯(ごま) 麩のすまし汁(えのき) ハンバーグ(レバー入り) ひじきのマリネ	クラッカー/牛乳/米、しそふりかけ、ごま、/焼ふ、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース 砂糖/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/ ゼラチン、水、砂糖、りんご、みかん缶、パイン缶、もも缶(白桃)/牛乳	クラッカー 牛乳 フルーツのゼリーかけ 牛乳
29 (金)	温そうめん かぼちゃサラダ(かつおぶし) もも	チーズ/麦茶(浸出液)/干しそうめん、鶏ひき肉、しいたけ、ねぎ、酒 米みそ、砂糖、かつおだし汁、納豆、オクラ、しらす干し、しょうゆ かつおだし汁、しょうゆ、みりん/かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、酢、油 しょうゆ、かつお節/もも缶(白桃)、/米、もち米、水、米みそ、砂糖 みりん/牛乳	チーズ お茶 五平餅 牛乳
30 (土)	ツナトマトスパゲティ オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、たまねぎ、ごまつな、油 ツナ油漬缶、ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩、パセリ粉/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

※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	421Kcal (462Kcal)	14.7g (12.8g)
3歳以上児	537Kcal (512Kcal)	21.8g (20.5g)

()は、目標量です。

～行事食～

★七夕の集い(7日)

昼食

- ・七夕そうめん
- ・鶏のから揚げ
- ・ゆで枝豆

午後おやつ

- ・キラキラゼリー・牛乳

★誕生会(28日)

昼食

- ・ゆかり御飯(ごま)
- ・麩のすまし汁(えのき)
- ・ハンバーグ(レバー入り)
- ・ひじきのマリネ

午後おやつ

- ・フルーツのゼリーかけ
- ・牛乳