



【今年度、初めて出る食材】

- ・梨（17日）
- ・巨峰（21日）
- ・オイスターソース（25日）

●使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、

・今月のくだものは「りんご、メロン、梨、巨峰」です。
 ・5日（水）は夏のお楽しみ行事食です。
 ・21日（金）はお誕生日会です。
 ・28日（金）は多文化おやつです。

※納品の関係により、変更することがあります。その場合には掲示しお知らせします。

乳児の朝のおやつは毎日牛乳です



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	土	ごはん 八宝菜 さつまいもの甘煮 味噌汁(わかめ・麩) りんご	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、ごま油、さつまいも 麩、さとう ホットケーキミックス イチゴジャム	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、もやし、キャベツ わかめ、りんご	料理酒、しょう油 塩、出汁 中華だし
2	日						
3	月	りんごジャムサンド ポークシチュー じゃこサラダ すいか	クッパ 牛乳	食パン、りんごジャム じゃがいも、油 小麦粉、さとう 米	豚小間肉 ちりめん 豚バラ肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ、キャベツ 小松菜、きゅうり、すいか にら	ケチャップ、コンソメ しょう油、ウスターソース 酢、鶏がらスープ 塩
4	火	ごはん 松風焼き かぼちゃの含め煮 清汁(えのき・大根) りんご	ゆでとうもろこし 牛乳	米、さとう、油 片栗粉、かぼちゃ	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌 牛乳	ねぎ、にんじん、青のり えのき、大根、りんご とうもろこし	塩、しょう油 出汁
5	水	チャーハン 鶏肉のから揚げ くし型トマト コーンとわかめのサラダ 味噌汁(冬瓜・油揚げ) すいか	豆乳ココアプリン クラッカー 牛乳 【夏のお楽しみ行事食】	米、じゃがいも、油 さとう、ごま 片栗粉、ごま油 クラッカー	鶏もも肉 豚ひき肉 油揚げ、白味噌 牛乳、豆乳	にんじん、コーン、ねぎ わかめ、きゅうり、レタス トマト、冬瓜、すいか しょうが	塩、しょう油、みりん 出汁 ココア、ゼラチン
6	木	冷やしきつねうどん なすの肉味噌炒め きゅうりとちくわのサラダ りんご	青菜としらすの まぜごはん 牛乳	うどん、さとう エッグケアマヨネーズ 米、ごま油、ごま	鶏小間肉 油揚げ、豚ひき肉 ちくわ、しらす 牛乳	わかめ、にんじん、ねぎ なす、キャベツ、ピーマン きゅうり、りんご 小松菜	出汁、しょう油 みりん、料理酒 塩
7	金	ごはん かじきの味噌マヨ焼き ナムル 清汁(豆腐・わかめ) すいか	ドライカレートースト 牛乳	米、食パン、小麦粉 エッグケアマヨネーズ 油、さとう	かじき 木綿豆腐、白味噌 豚ひき肉 牛乳	もやし、きゅうり、にんじん わかめ、すいか 玉ねぎ	塩、酢、しょう油 鶏がらスープ ケチャップ、コンソメ 中濃ソース カレー粉
8	土	ごはん 鶏肉の磯部焼き ごま酢和え 味噌汁(豆腐・ねぎ) りんご	さつまいもフライ 牛乳	米、油 片栗粉、さとう さつまいも	鶏もも肉 絹ごし豆腐 白味噌 牛乳	青のり、もやし、キャベツ にんじん、ねぎ りんご	塩、酢、出汁
9	日						
10	月	山の日					
11	火	ごはん チリコンカン 切干大根サラダ 清汁(ちくわ・ねぎ) すいか	揚げパン 牛乳	米、油 ごま油、さとう バターロール	大豆水煮 豚ひき肉 ちくわ、きな粉 牛乳	玉ねぎ、トマト缶 切干大根、にんじん、きゅうり ねぎ、すいか しょうが	塩 中濃ソース、ケチャップ カレー粉、しょう油
12	水	ごはん ホイコーロー きゅうりのおかか和え 中華スープ(チンゲン菜・玉ねぎ) りんご	納豆そうめん 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、そうめん	豚小間肉 白味噌 花鰹 ひき割り納豆 牛乳	キャベツ、赤ピーマン ねぎ、きゅうり、にんじん もやし、たまねぎ、チンゲン菜 りんご、ねぎ、しょうが	料理酒 しょう油、出汁 中華だし、みりん 塩
13	木	ごはん 鶏団子のさっぱり煮 スパゲティサラダ 味噌汁(もやし・厚揚げ) メロン	フライドポテト 牛乳	米、片栗粉 さとう、スパゲティ エッグケアマヨネーズ じゃが芋、油	鶏ひき肉 厚揚げ、白味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん だいこん、きゅうり もやし、メロン パセリ、しょうが	料理酒、酢 しょう油、塩 出汁
14	金	ロールパン 鶏肉のバーベキュー焼き サークラフト コーンスープ りんご	ひじきごはん 牛乳	バターロール さとう、油	鶏もも肉 油揚げ 牛乳	キャベツ、にんじん、きゅうり コーン、もやし、ひじき りんご	ケチャップ、しょう油 出汁、中濃ソース、塩 コンソメ、酢、みりん 料理酒



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
15	土	ごはん 豆腐の肉あんかけ じゃが芋の磯和え 味噌汁(切干大根・人参) りんご	ホットケーキ 牛乳	米、油 片栗粉、さとう じゃが芋 ホットケーキミックス メープルシロップ	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ 青のり、切干大根 りんご	しょう油、中華だし 塩、出汁
16	日						
17	月	ツナカレー シルバーサラダ 梨	枝豆、せんべい 牛乳	米、小麦粉、バター 油、春雨 じゃが芋 エッグケアマヨネーズ	ツナ缶 牛乳	にんじん、玉ねぎ きゅうり、コーン、枝豆 梨	カレー粉、塩、コンソメ 中濃ソース ケチャップ
18	火	ロールパン ポークチャップ もやしサラダ 豆乳スープ りんご	かやくごはん 牛乳	バターロール 油、さとう じゃが芋 米、ごま	豚小間肉 豆乳 油揚げ 牛乳	たまねぎ、マッシュルーム もやし、きゅうり、にんじん りんご、こんにゃく	コンソメ、ケチャップ ウスターソース 酢、しょう油、塩 料理酒、みりん
19	水	ごはん 豚レバーの竜田揚げ トマトときゅうりのピクルス風 味噌汁(キャベツ・コーン) 梨	芋餅 たこ焼き風 牛乳	米、片栗粉 油、さとう じゃが芋	豚レバー 白味噌 牛乳 花鰹	トマト、きゅうり キャベツ、コーン、梨 青のり	塩、しょう油 みりん、酢 出汁 中濃ソース
20	木	冷やし坦々麺 鮭の塩麹焼き かぼちゃサラダ りんご	チーズおかかおにぎり 牛乳	焼そば麺 片栗粉、かぼちゃ エッグケアマヨネーズ さとう 油	豚ひき肉 鮭 ダイスチーズ 牛乳 花鰹	トマト、きゅうり、もやし 玉ねぎ、パセリ りんご	料理酒、しょう油 みりん、出汁 塩、塩麹
21	金	とうもろこしごはん 鶏肉の甘酢マヨ焼き コロコロサラダ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) 巨峰	ヨーグルトチーズケーキ 牛乳 【お誕生日会】	米、さとう エッグケアマヨネーズ 片栗粉、油 米粉	鶏むね肉 白味噌 プレーンヨーグルト ピザ用チーズ 豆乳、牛乳	コーン アスパラガス、赤ピーマン にんじん、きゅうり、わかめ 玉ねぎ、巨峰	出汁、塩、しょう油 料理酒、みりん 酢、塩 レモン汁 ベーキングパウダー
22	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(切干大根・えのき) りんご	ツナおにぎり 牛乳	米、じゃが芋、さとう 油 エッグケアマヨネーズ	豚小間肉 白味噌 ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、えのき、切干大根 りんご	しょう油、出汁
23	日						
24	月	いちごジャムサンド タンドリーチキン じゃが芋とコーンのソテー チンゲン菜の豆乳スープ 梨	野菜ピラフ 牛乳	食パン、イチゴジャム 油、じゃがいも 米	鶏もも肉 プレーンヨーグルト 豆乳 ウィンナー 牛乳	コーン、チンゲン菜 玉ねぎ、梨、にんじん ピーマン しょうが	カレー粉、塩 ケチャップ コンソメ
25	火	スタミナ丼 さつま芋のレモン煮 豆腐スープ 梨	サマーSPAゲティ 牛乳	米、さつま芋、さとう スパゲティ オリーブ油	豚ひき肉 木綿豆腐 ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、パプリカ にら、ねぎ、梨 トマト、パセリ	料理酒、しょう油 オイスターソース コンソメ、塩 レモン汁、出汁 中華だし
26	水	ごはん 豚肉の味噌炒め 高野豆腐の煮物 清汁(小松菜・えのき) りんご	のりチーズトースト 牛乳	米、さとう、油 食パン エッグケアマヨネーズ	豚小間肉 白味噌、高野豆腐 ピザ用チーズ 牛乳	キャベツ、もやし、玉ねぎ ピーマン、にんじん グリーンピース、小松菜、えのき りんご、刻みのり	しょう油、みりん 塩、出汁
27	木	ごはん たらのマヨコーン焼き 五目金平 味噌汁(もやし・油揚げ) メロン	鮭わかめおにぎり 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ さとう	たら、油揚げ 白味噌 ちりめん、鮭フレーク 牛乳	クリームコーン、パセリ にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、もやし、メロン わかめ	塩、しょう油 みりん、料理酒 出汁
28	金	ごはん 厚揚げのカレー炒め 小松菜のごま和え 味噌汁(玉ねぎ・なす) 梨	サーターアンダギー 牛乳 【多文化おやつ】	米、油 ごま油、さとう 小麦粉	厚揚げ、豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳 絹ごし豆腐	にんじん、玉ねぎ、ピーマン 小松菜、えのき、なす 梨	カレー粉、塩 しょう油、出汁 ベーキングパウダー
29	土	ごはん 豚大根 ポテトサラダ 味噌汁(わかめ・たまねぎ) りんご	スコーン 牛乳	米、さとう じゃがいも エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス、油 イチゴジャム	豚小間肉 白味噌 牛乳	大根、にんじん、こんにゃく きゅうり、わかめ 玉ねぎ、りんご しょうが	出汁 しょう油、みりん 塩 ベーキングパウダー
30	日						
31	月	夏野菜カレー 中華サラダ 梨	ひまわり寒天、せんべい 牛乳	米、小麦粉、バター 油、かぼちゃ エッグケアマヨネーズ せんべい	鶏もも肉 牛乳	にんじん、たまねぎ なす きゅうり、梨 ぶどうジュース オレンジジュース、寒天	カレー粉、塩 コンソメ、ケチャップ 中濃ソース

