



## 【今年度、初めて出る食材】

- 梨 (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、  
先にご家庭で試してみてください

・23日は、誕生日会食です。  
※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズ、ウィンナーはアレルギー不使用のものを使用します。

**乳児さんは朝のおやつに  
牛乳、おやつがでます**

日	曜	昼食献立名	9時おやつ	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	火	ごはん ホイコーロー かぼちゃの煮物 春雨スープ(人参) すいか	ほしたべよ 牛乳	スパゲティ ミートソース 牛乳	米、油、さとう、片栗粉 春雨 スパゲティ	豚こま肉、白味噌 豚ひき肉 牛乳	キャベツ、ピーマン、ねぎ しょうが、かぼちゃ、にんじん すいか、たまねぎ、パセリ缶	料理酒、しょう油 中華だし、塩 ケチャップ、中濃ソース コンソメ、みりん
2	水	ジャムパン 鶏肉のピザ焼き きゅうりのツナ和え コンソメスープ(白菜・もやし) メロン	ルヴァン 牛乳	青菜としらすの 混ぜごはん 牛乳	食パン、イチゴジャム 小麦粉、さとう 米、ごま油	鶏もも肉、ピザ用チーズ ツナフレーク しらす干し 牛乳	たまねぎ、ピーマン、きゅうり わかめ、はくさい、もやし メロン、こまつな	塩、ケチャップ。酢 しょう油、コンソメ
3	木	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁(玉ねぎ・厚揚げ) すいか	ルヴァン 牛乳	ゆでとうもろこし 大豆きな粉 スナック 牛乳	米、パン粉、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 黒砂糖 スキムミルク	豚ひき肉、大豆 豆乳、厚揚げ、白味噌 きなこ 牛乳	たまねぎ、きゅうり、にんじん すいか、とうもろこし	塩、ケチャップ、中濃ソース 出汁
4	金	冷やしきつねうどん あじの塩焼き なすの肉味噌炒め すいか	アンパンマンせんべい 牛乳	ツナカレーピラフ 牛乳	細うどん、さとう、米	油揚げ、鶏もも肉 あじ、豚ひき肉 白味噌、ツナフレーク 牛乳	わかめ、にんじん、ねぎ なす、ピーマン、すいか たまねぎ、パセリ缶	出汁、しょう油、みりん 塩、料理酒 カレー粉 コンソメ
5	土	ごはん 豆腐の肉あんかけ じゃがいもの磯和え 味噌汁(切干大根・人参) オレンジ	ルヴァン 牛乳	シュガートースト 牛乳	米、油、さとう、片栗粉 じゃがいも 食パン、グラニュー糖	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌、バター 牛乳	にんじん、たまねぎ、あおのり 切干大根、オレンジ しょうが	しょう油、中華だし 塩、出汁
6	日							
7	月	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き ツナピーマン炒め 味噌汁(キャベツ・油揚げ) メロン	ルヴァン 牛乳	ひまわり羹 おせんべい 牛乳	米、マーメレードジャム 油 寒天、オレンジジュース さとう、ぶどうジュース せんべい	鶏もも肉 ツナフレーク 油揚げ、白味噌 牛乳	もやし、ピーマン、キャベツ メロン	しょう油、みりん コンソメ、カレー粉 出汁
8	火	ロールパン ポークビーンズ かぼちゃサラダ 白菜の豆乳スープ すいか	ほしたべよ 牛乳	鮭青のり おにぎり(スイカ) 牛乳	バターロール、油、さとう エッグケアマヨネーズ 米	大豆、豚こま肉 パルメザンチーズ 豆乳、鮭 牛乳	にんじん、たまねぎ かぼちゃ、きゅうり、はくさい パセリ缶、すいか、あおのり	ケチャップ、中濃ソース 塩、コンソメ
9	水	ごはん 鱈の味噌焼き 五目金平 清汁(小松菜・玉ねぎ) オレンジ	ルヴァン 牛乳	ハロングロトル (スウェーデン) 牛乳	米、さとう、油 小麦粉、片栗粉 イチゴジャム	さわら、白味噌 油揚げ、バター 牛乳	にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、こまつな、たまねぎ オレンジ	料理酒、みりん しょう油、出汁、塩
10	木	中華丼 ブロッコリーともやしの和え物 わかめスープ すいか	ルヴァン 牛乳	鶏おこわ 牛乳	米、さとう、片栗粉 油、もち米	豚こま肉 鶏ひき肉 牛乳	たまねぎ、にんじん、はくさい ブロッコリー、もやし ねぎ、わかめ、すいか ごぼう	鶏がらだし、料理酒 しょう油、酢、中華だし 塩
11	金	<b>山の日</b>						
12	土	ごはん 鶏肉の中華炒め じゃこ和え 味噌汁(絹豆腐・わかめ) オレンジ	ルヴァン 牛乳	ホットケーキ 牛乳	米、油、さとう、片栗粉 ホットケーキミックス	鶏むね肉、しらす干し 絹ごし豆腐、白味噌 豆乳 牛乳	たまねぎ、キャベツ、ピーマン こまつな、にんじん、わかめ オレンジ	料理酒、しょう油 中華だし、出汁 メープルシロップ
13	日							
14	月	ツナカレーライス スパゲティサラダ オレンジ	ルヴァン 牛乳	お麩の黒糖ラスク 牛乳	米、じゃがいも、油 スキムミルク エッグケアマヨネーズ スパゲティ、麩、黒砂糖	ツナフレーク バター 牛乳	にんじん、たまねぎ、きゅうり オレンジ	カレーパウダー、コンソメ 塩
15	火	ごはん しょうが焼き ひじき煮豆 味噌汁(大根・大根葉) オレンジ	ほしたべよ 牛乳	ケチャップライス 牛乳	米、さとう	豚こま肉、大豆 白味噌 鶏もも肉 牛乳	たまねぎ、しょうが、ひじき にんじん、だいこん、だいこんの葉 オレンジ	しょう油、料理酒 出汁、みりん、コンソメ ケチャップ、塩

日	曜	食生活	アレルギー	アレルギー	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	調味料
16	水	ごはん カレーと厚揚げのチリソース和え 野菜スティック 清汁(玉ねぎ・わかめ) メロン	ルヴァン 牛乳	ボン菓子おこし 牛乳	米、片栗粉、じゃがいも 油、さとう エッグケアマヨネーズ ボン菓子、水あめ	かれい、厚揚げ 白味噌 牛乳	しょうが、にんにく、ピーマン 赤ピーマン、ねぎ、たまねぎ きゅうり、にんじん、わかめ メロン	料理酒、ケチャップ しょう油、出汁、塩
17	木	ジャムパン チキンマカロニグラタン キャベツのドレッシングサラダ じゃがいものスープ オレンジ	ルヴァン 牛乳	昆布とツナのおにぎり 牛乳	食パン、イチゴジャム マカロニ、油、小麦粉 スキムミルク、パン粉 さとう、じゃがいも、米	鶏もも肉、豆乳 パルメザンチーズ ツナフレーク 牛乳	たまねぎ、パセリ缶 キャベツ、きゅうり、にんじん オレンジ、こんぶ	塩、コンソメ、酢
18	金	ごはん 鶏肉ともやしの甘酢炒め 切干大根のマヨ和え 味噌汁(豆腐・えのき) すいか	アンパンマンせんべい 牛乳	ゆかりひじき ごはん 牛乳	米、片栗粉、油、さとう エッグケアマヨネーズ	鶏もも肉 ツナフレーク 木綿豆腐、白味噌 牛乳	しょうが、にんにく、もやし 切干大根、きゅうり、にんじん えのき、すいか ひじき	料理酒、しょう油、酢 みりん、出汁 ゆかり粉
19	土	ごはん 肉じゃが 小松菜の和え物 味噌汁(なめこ・ねぎ) オレンジ	ルヴァン 牛乳	ポップコーン 牛乳	米、じゃがいも、油 さとう	豚こま肉 花鰹、白味噌 バター 牛乳	たまねぎ、にんじん こまつな、もやし、なめこ、ねぎ オレンジ、とうもろこし	出汁、料理酒、みりん しょう油、塩
20	日							
21	月	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 切干大根の煮物 味噌汁(冬瓜・厚揚げ) オレンジ	ルヴァン 牛乳	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	米、さとう	鶏もも肉 厚揚げ、白味噌 ちりめん、花鰹 牛乳	しょうが、にんにく、切干大根 にんじん、いんげん、冬瓜 オレンジ、こまつな	酢、しょう油、出汁 みりん
22	火	ロールパン ミートボール(照焼味) じゃこサラダ コンソメスープ(もやし・人参) すいか	ほしたべよ 牛乳	ツナピラフ 牛乳	バターロール、片栗粉 エッグケアマヨネーズ さとう、米	豚ひき肉、ちりめん バター、ツナフレーク 牛乳	たまねぎ、キャベツ、こまつな きゅうり、もやし、にんじん パセリ缶、すいか	しょう油、酢、コンソメ 塩
23	水	わかめごはん あじの蒲焼き オクラとツナのサラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ) メロン、ぶどうゼリー	ルヴァン 牛乳	米粉の きなこドー 牛乳	米、片栗粉、油、さとう ごま油、寒天 ぶどうジュース 米粉、黒蜜	あじ、ツナフレーク 花鰹、木綿豆腐 白味噌、きなこ 絹ごし豆腐、豆乳 牛乳	オクラ、こまつな にんじん、コーン、ねぎ、メロン コーンスターチ	しょう油、料理酒、みりん 酢、出汁 ベーキングパウダー わかめごはんの素
24	木	ごはん 生揚げの味噌炒め 白菜のゆかり和え 清汁(ほうれん草・えのき) すいか	ルヴァン 牛乳	冷しそうめん 牛乳	米、油、さとう そうめん	厚揚げ、豚こま肉 白味噌 牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン はくさい、きゅうり ほうれん草、えのき、すいか トマト、ねぎ	しょう油、出汁、塩 ゆかり粉、みりん 料理酒
25	金	ごはん 鶏肉の塩麹炒め トマトときゅうりのピクルス風 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) 梨	アンパンマンせんべい 牛乳	揚げパン 牛乳	米、ごま油、片栗粉 さとう バターロール、油	鶏もも肉 サラダチーズ 白味噌、きなこ 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんにく しょうが、トマト、きゅうり わかめ、梨	塩麹、料理酒、しょう油 酢、塩、出汁
26	土	ごはん 豆腐チャンプルー ほうれん草おかか和え 味噌汁(麩・たまねぎ) オレンジ	ルヴァン 牛乳	スコーン 牛乳	米、ごま油、麩 ホットケーキミックス 油、イチゴジャム	木綿豆腐、豚こま肉 花鰹、白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、もやし、にら ほうれん草、たまねぎ オレンジ	料理酒、しょう油、塩
27	日							
28	月	ラーメン たらのザンギ マセドアンサラダ オレンジ	ルヴァン 牛乳	かやくごはん 牛乳	中華麺 片栗粉 油、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 米	豚こま肉、白味噌 豆乳、たら 油揚げ 牛乳	ねぎ、キャベツ、しょうが きゅうり、にんじん、オレンジ こんにゃく、えのき	しょう油、出汁、中華だし 塩、料理酒、みりん
29	火	ごはん 鶏肉のつくね 野菜炒め 清汁(玉ねぎ・わかめ) すいか	ほしたべよ 牛乳	ココアパン 牛乳	米、片栗粉、さとう 油 ホットケーキミックス	鶏ひき肉、木綿豆腐 絹ごし豆腐、豆乳 牛乳	ねぎ、キャベツ、にんじん たまねぎ、ピーマン、にんにく わかめ、すいか	塩、しょう油、みりん 鶏がらだし、出汁 ピュアココア
30	水	ごはん レバーの香り揚げ 大根サラダ 味噌汁(白菜・わかめ) 梨	ルヴァン 牛乳	手作りふりかけ おにぎり 牛乳	米、ごま油、片栗粉 油、さとう	豚レバー 白味噌、ちりめん 花鰹 牛乳	しょうが、ピーマン、だいこん きゅうり、にんじん、もやし はくさい、わかめ、梨 あおのり	料理酒、しょう油 出汁、酢
31	木	夏野菜カレーライス ひじきサラダドレッシング メロン	ルヴァン 牛乳	きなこトースト 牛乳	米、油 さとう 食パン	鶏もも肉、スキムミルク バター、きなこ 牛乳	ピーマン、なす、にんじん たまねぎ、かぼちゃ、ひじき きゅうり、メロン	カレールー 中濃ソース、コンソメ 酢、しょう油

