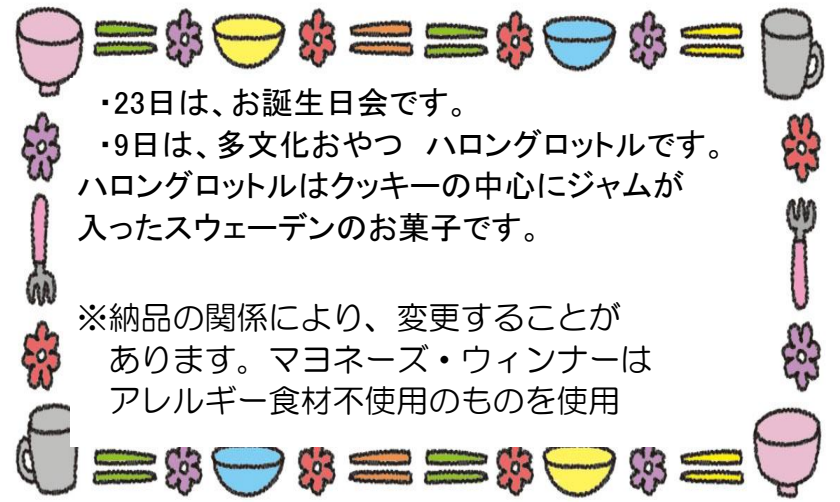


【今年度、初めて出る食材】

・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。
- 申し出がない場合は、献立通りの提供になります。ご了承ください。



・23日は、お誕生日会です。
 ・9日は、多文化おやつ ハロングロットルです。
 ハロングロットルはクッキーの中心にジャムが入ったスウェーデンのお菓子です。

※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食材不使用のものを使用

乳児さん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	火	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	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	料理酒 しょう油、酢、中華だし 塩
2	水	ジャムパン(いちごジャム) 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	青菜としらすの混ぜごはん 牛乳	食パン、いちごジャム 小麦粉、さとう、ごま 米、ごま油	鶏もも肉、ピザ用チーズ ツナフレーク しらす 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	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	豚ひき肉、大豆 豆乳、厚揚げ、味噌 きなこ、スキムミルク 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	ツナカレーピラフ 牛乳	うどん、さとう、米	油揚げ、鶏もも肉 あじ、豚ひき肉 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) 甘夏みかん缶	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 バター	木綿豆腐、鶏ひき肉 味噌 牛乳	にんじん、たまねぎ、あおのり 切干大根、甘夏みかん缶 しょうが	しょう油、中華だし 塩、出汁
6	日						
7	月	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	鮭青のりおにぎり(スイカ) 牛乳	バターロール エッグケアマヨネーズ 米、ごま、油、さとう	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
8	火	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ツナピーマン炒め 味噌汁(キャベツ・油揚げ) メロン	ひまわり羹 おせんべい 牛乳	米、マーマレードジャム 油 さとう、せんべい	鶏もも肉 ツナフレーク 油揚げ、味噌 牛乳	もやし、ピーマン、キャベツ メロン オレンジジュース ぶどうジュース	しょう油、みりん コンソメ、カレー粉 出汁、寒天
9	水	ごはん 鯖の味噌焼き 五目金平 清汁(小松菜・玉ねぎ) みかん缶	ハロングロットル(スウェーデン) 牛乳	米、さとう、油 小麦粉、片栗粉 いちごジャム バター	さわら、味噌 油揚げ 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 みかん缶	料理酒、みりん しょう油、出汁、塩
10	木	ごはん ホイコーロー かぼちゃのごま和え 春雨スープ(人参) すいか	スパゲティミートソース 牛乳	米、油、さとう、片栗粉 ごま油、ごま、春雨 スパゲティ	豚こま肉、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
11	金	山の日					
12	土	ごはん 鶏肉の中華炒め 胡麻和え 味噌汁(絹豆腐・わかめ) みかん缶	ホットケーキ 牛乳	米、油、さとう、片栗粉 ごま ホットケーキミックス メープルシロップ	鶏むね肉、しらす 絹ごし豆腐、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 みかん缶	料理酒、しょう油 中華だし、出汁
13	日						
14	月	ツナカレーライス スパゲティサラダ メロン	お麩の黒糖ラスク 牛乳	米、じゃがいも、油 バター、小麦粉 エッグケアマヨネーズ スパゲティ、麩、黒砂糖 カレールー	ツナフレーク スキムミルク 牛乳	にんじん、たまねぎ、きゅうり メロン	コンソメ ケチャップ、中濃ソース 塩
15	火	ごはん カレイ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) みかん缶	ポン菓子おこし (あおぞら:ポン菓子) 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 ポン菓子、水あめ	かれい、厚揚げ 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 みかん缶	料理酒、ケチャップ しょう油、出汁、塩

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	
16	水	ごはん しょうが焼き ひじき煮豆 味噌汁(大根・大根葉) みかん缶	ケチャップライス 牛乳	米、さとう	豚こま肉、大豆 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 みかん缶	しょう油、料理酒 出汁、みりん、コンソメ ケチャップ、塩
17	木	ジャムパン(りんごジャム) 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 じゃが芋のスープ すいか	昆布とツナのおにぎり 牛乳	食パン、りんごジャム マカロニ、油、小麦粉 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、スキムミルク	たまねぎ、パセリ缶 キャベツ、きゅうり、にんじん すいか、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	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 ごま	鶏もも肉 ツナフレーク 木綿豆腐、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) みかん缶	ポップコーン 牛乳	米、じゃがいも、油 さとう バター	豚こま肉 花鰹、味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん こまつな、もやし、なめこ、ねぎ みかん缶、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) すいか	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	米、さとう ごま	鶏もも肉 厚揚げ、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 すいか、こまつな	酢、しょう油、出汁 みりん
22	火	ごはん 厚揚げの味噌炒め 白菜のゆかり和え 清汁(ほうれん草・えのき) すいか	冷しそうめん 牛乳	米、油、さとう そうめん	厚揚げ、豚こま肉 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、ゆかり粉 出汁、塩、みりん 料理酒
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	米粉のきなこドーナツ 牛乳	米、片栗粉、油、さとう ごま、ごま油 コーンスターチ 米粉、黒蜜	あじ、ツナフレーク 花鰹、木綿豆腐 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 ぶどうジュース	しょう油、料理酒、みりん 酢、出汁 ベーキングパウダー 寒天 わかめごはんの素
24	木	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) みかん缶	ツナピラフ 牛乳	バターロール エッグケアマヨネーズ さとう、米、片栗粉 バター	豚ひき肉、ちりめん 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、みかん缶	しょう油、酢、コンソメ 塩
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	揚げパン 牛乳	米、ごま油、片栗粉 さとう、油 バターロール	鶏もも肉 サラダチーズ 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) みかん缶	スコーン 牛乳	米、ごま油、麩 ホットケーキミックス 油、いちごジャム	木綿豆腐、豚こま肉 花鰹、味噌 豆乳 牛乳	にんじん、もやし、いら ほうれん草、たまねぎ みかん缶	料理酒、しょう油、塩 出汁
27	日						
28	月	冷やし坦々麺 たらのザンギ マセドアンサラダ みかん缶	かやくごはん 牛乳	中華麺、ごま油 さとう、ごま、片栗粉 油、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 米	豚ひき肉、味噌 豆乳、たら 油揚げ 牛乳	ねぎ、チンゲンサイ、しょうが きゅうり、にんじん、みかん缶 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) みかん缶	ココアパン 牛乳	米、片栗粉、さとう ごま、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、みかん缶	塩、しょう油、みりん 中華だし、出汁 ココア
30	水	夏野菜カレーライス ひじきサラダドレッシング メロン	きなこトースト 牛乳	米、油、小麦粉 さとう、ごま 食パン、バター カレールー	鶏もも肉、スキムミルク 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	コンソメ、ケチャップ 中濃ソース 酢、しょう油 塩
31	木	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	手作りふりかけおにぎり 牛乳	米、ごま油、片栗粉 油、さとう、ごま	豚レバー 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

