



日曜	献立名	材 料 名			おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午前	午後
1	水 豚肉となすのみそ炒め じゃがに汁 ごはん	米 油 さとう じゃがいも	豚もも肉 削り節	しょうが たけのこ缶 なす にんじん 青ピーマン 赤ピーマン たまねぎ にら	牛 乳 塩せんべい	アイスクリーム ウエハース
2	木 酢鶏 わかめスープ クロロール	クロロール さとう ごま油 かたくり 油 白ごま 油(炒め油) いちごジャム	鶏もも肉 豆腐 生わかめ	たまねぎ にんじん たけのこ缶 干し椎茸 グリンピース(冷凍) パイン缶 もやし	牛 乳 のり巻きせんべい	牛 乳 ゆでとうもろこし
3	金 かば焼き風どんぶり 合わせみそ汁 発酵乳 麦ごはん	米 麦 かたくり粉 油 さとう	いわし 油揚げ 豆腐 削り節 発酵乳	たまねぎ にんじん 栗ねぎ	牛 乳 あられ	牛 乳 パイ菓子
4	土 【なかよし保育】	おたのしみランチ			牛 乳 ぼんせんべい	
6	月 【七夕のつどい】 七夕ちらし 天の川汁 七夕ゼリー ごはん	米 さとう 白ごま そうめん 七夕ゼリー	ツナ缶 ひじき 刻みのり 鶏ささ身 削り節	にんじん 干し椎茸 コーン缶 オクラ きゅうり たまねぎ	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 ココアクッキー
7	火 魚のレモン風味 かぼちゃのミルクスープ ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 さとう 油 バター クラッカー	白身魚 ロースハム スキムミルク	レモン(果汁、生) もやし かぼちゃ たまねぎ	牛 乳 クッキー	★サワーフルーツ ビスケット
8	水 マーボー豆腐 ばんさんすう 発酵乳 ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 発酵乳	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 栗ねぎ もやし きゅうり	牛 乳 塩せんべい	野菜果汁 おかき
9	木 揚げ肉のインド煮 ツナサラダ レーズンロール	レーズンロール サラダ油 かたくり粉 油 じゃがいも さとう	豚もも肉 ツナ缶	にんじん たまねぎ グリンピース(冷凍) キャベツ 赤ピーマン きゅうり コーン缶	牛 乳 おこし	★フルーツドリンク ウエハース
10	金 かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 削り節 豆腐 油揚げ	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) しめじ 栗ねぎ なす	牛 乳 小麦胚芽クッキー	牛 乳 ごませんべい
11	土 【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 チーズ菓子	
13	月 肉みそがけめん ごまネーズあえ 味付け煮干 ロールパン	ロールパン そうめん 油 さとう すりごま(白) マヨネーズ	豚ひき肉 削り節 ちくわ 味付け煮干	にんにく しょうが にんじん きゅうり もやし 栗ねぎ キャベツ コーン缶	牛 乳 塩せんべい	メロン類 おかき
14	火 シーフードカレー ハムとわかめのサラダ 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも バター 小麦粉 さとう 白ごま	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク ロースハム 生わかめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ きゅうり コーン缶	牛 乳 クッキー	★フルーツ白玉
15	水 ポテトサンド ミネストローネ 一口ゼリー 食パン	食パン じゃがいも 油 一口ゼリー マヨネーズ	ベーコン 鶏ささ身	にんじん コーン缶 グリンピース(冷 凍) キャベツ スズキーニ たまねぎ トマト パセリ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 のり巻きせんべい
16	木 とうがんとツナの煮付け 小松菜の納豆和え ごはん	米 さとう	ツナ缶 削り節 納豆 しらす干し ひじき 花かつお	とうがんにんにく 干し椎茸 さやいんげん こまつな	牛 乳 ぼんせんべい	すいか 小麦胚芽クッキー
17	金 かば焼き風どんぶり 合わせみそ汁 発酵乳 麦ごはん	米 麦 かたくり粉 油 さとう	いわし 油揚げ 豆腐 削り節 発酵乳	たまねぎ にんじん 栗ねぎ	牛 乳 あられ	牛 乳 パイ菓子
18	土 【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 ぼんせんべい	
21	火 魚のレモン風味 かぼちゃのミルクスープ ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 さとう 油 バター クラッカー	白身魚 ロースハム スキムミルク	レモン(果汁、生) もやし かぼちゃ たまねぎ	牛 乳 クッキー	★サワーフルーツ ビスケット
22	水 マーボー豆腐 ばんさんすう 発酵乳 ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 発酵乳	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 栗ねぎ もやし きゅうり	牛 乳 塩せんべい	野菜果汁 おかき
23	木 【誕生会】 混ぜごはん大豆のかき揚げ 白玉汁 ごはん	米 糸こんにゃく さとう 小麦粉 油 ふ	鶏もも肉 生わかめ 油揚げ 削り節 大豆(水煮) 豚バラ肉 スキムミルク かまぼこ	にんじん 干し椎茸 さやえんどう たまねぎ コーン缶 もやし えのきたけ みつば	牛 乳 おこし	紅 茶 ケーキ
24	金 【月組：宿泊保育】 カレーライス サラダ くだもの	米 サラダ油 さとう バター じゃがいも マヨネーズ	豚もも肉 ロースハム	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり トマト ぶどう	夕方：アイス	
25	土 【月組：宿泊保育】	みんなで朝ごはんをつくります				
27	月 肉みそがけめん ごまネーズあえ 味付け煮干 ロールパン	ロールパン そうめん 油 さとう すりごま(白) マヨネーズ	豚ひき肉 削り節 ちくわ 味付け煮干	にんにく しょうが にんじん きゅうり もやし 栗ねぎ キャベツ コーン缶	牛 乳 塩せんべい	メロン類 おかき
28	火 シーフードカレー ハムとわかめのサラダ 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも バター 小麦粉 さとう 白ごま	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク ロースハム 生わかめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ きゅうり コーン缶	牛 乳 クッキー	★フルーツ白玉
29	水 ポテトサンド ミネストローネ 一口ゼリー 食パン	食パン じゃがいも 油 一口ゼリー マヨネーズ	ベーコン 鶏ささ身	にんじん コーン缶 グリンピース (冷凍) キャベツ スズキーニ たまねぎ トマト パセリ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 のり巻きせんべい
30	木 とうがんとツナの煮付け 小松菜の納豆和え ごはん	米 さとう	ツナ缶 削り節 納豆 しらす干し ひじき 花かつお	とうがんにんにく 干し椎茸 さやいんげん こまつな	牛 乳 ぼんせんべい	すいか 小麦胚芽クッキー
31	金 魚の梅煮 白みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう じゃがいも 一口ゼリー	さかな 油揚げ 削り節	梅干し しょうが にんじん しめじ 栗ねぎ	牛 乳 かりんとう	★豆乳ココア ごませんべい

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。
 今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。
 おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

