

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	ハムカツサンド スウィートポターージュ 一口ゼリー 食パン	食パン 一口ゼリー 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 さつまいも バター	ロースハム 卵 牛乳 生クリーム	キャベツ たまねぎ しめじ パセリ	牛 乳 のり巻きせんべい	カルピスサワー クラッカー
2 木	ゆかりごはん 切干大根の煮付け 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう	鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐 生わかめ	ゆかり粉 葉ねぎ 切干しいたご にんじん さやいんげん たまねぎ 生しいたけ	牛 乳 あられ	牛 乳 フレークバー
3 金	魚の甘酢あんかけ かき玉汁 ミルクロール	ミルクロール 小麦粉 かたくり粉 さとう 油	白身魚 卵 豆腐 削り節	にんじん えのきたけ たまねぎ みつば たけのこ缶 しめじ さやいんげん 根菜ねぎ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 りんご
4 土	<b>う ん ど う か い (おみやげいろいろ)</b> 					
6 月	ビビンバ 大根スープ 味付け煮干 ごはん	米 油 さとう ごま油 白ごま	豚ひき肉 豆腐 ベーコン 味付け煮干	しょうが だいこん にんにく グリーンピース(冷凍) 根菜ねぎ ほうれんそう にんじん もやし	牛 乳 ポーロ	牛 乳 カステラ
7 火	大豆のケチャップ煮 マカロニサラダ レズンロール	レズンロール 油 じゃがいも さとう マカロニ	豚もも肉 大豆(水煮) ツナ缶	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース(冷凍) 赤ピーマン きゅうり	フルーツゼリー	ジョア パイ菓子
8 水	子キンカレー フレンチサラダ 麦ごはん	米 麦 油 バター 小麦粉 じゃがいも さとう	鶏もも肉 スキムミルク	しょうが ほうれんそう にんにく 赤ピーマン たまねぎ コーン缶 にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ	オレンジジュース ぼんせんべい	ミルク ラスク
9 木	里いもとひき肉のカレー煮 きのこサラダ 麦ごはん	米 麦 さといも 油 かたくり粉 すりごま(白)	豚ひき肉 スキムミルク	にんじん しめじ たまねぎ えのきたけ しょうが コーン缶 グリーンピース(冷凍) ほうれんそう	牛 乳 ポップコーン	牛 乳 クッキー
10 金	焼きそば レタススープ みかん ロールパン	ロールパン 蒸し中華めん 油	豚もも肉 いか あおのり 花かつお ほたて水煮缶詰	キャベツ みかん たまねぎ にんじん 青ピーマン レタス コーン缶	牛 乳 かりんとう	豆乳ココア バームクーヘン
11 土	【家族ふれあいの日】 <b>ふれあいランチ</b> *おにぎりがいります					
14 火	煮魚 みそ汁 ヨーグルト ごはん	米 さとう 板こんにゃく じゃがいも	さかな 豆腐 生わかめ 削り節 ヨーグルト	しょうが たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 レズンクッキー	お茶 鬼まんじゅう
15 水	ハムカツサンド スウィートポターージュ 一口ゼリー 食パン	食パン 一口ゼリー 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 さつまいも バター	ロースハム 卵 牛乳 生クリーム	キャベツ たまねぎ しめじ パセリ	牛 乳 のり巻きせんべい	ココアミルク クラッカー
16 木	ゆかりごはん 切干大根の煮付け 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう	鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐 生わかめ	ゆかり粉 葉ねぎ 切干しいたご にんじん さやいんげん たまねぎ 生しいたけ	牛 乳 あられ	牛 乳 フレークバー
17 金	魚の甘酢あんかけ かき玉汁 ミルクロール	ミルクロール 小麦粉 かたくり粉 さとう 油	白身魚 卵 豆腐 削り節	にんじん えのきたけ たまねぎ みつば たけのこ缶 しめじ さやいんげん 根菜ねぎ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 りんご
18 土	【なかよし保育】 <b>おたのしみランチ</b> 					
20 月	ビビンバ 大根スープ 味付け煮干 ごはん	米 油 さとう ごま油 白ごま	豚ひき肉 豆腐 ベーコン 味付け煮干	しょうが だいこん にんにく グリーンピース(冷凍) 根菜ねぎ ほうれんそう にんじん もやし	牛 乳 ポーロ	牛 乳 カステラ
21 火	大豆のケチャップ煮 マカロニサラダ レズンロール	レズンロール 油 じゃがいも さとう マカロニ	豚もも肉 大豆(水煮) ツナ缶	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース(冷凍) 赤ピーマン きゅうり	フルーツゼリー	ジョア パイ菓子
22 水	子キンカレー フレンチサラダ 麦ごはん	米 麦 油 バター 小麦粉 じゃがいも さとう	鶏もも肉 スキムミルク	しょうが ほうれんそう にんにく 赤ピーマン たまねぎ コーン缶 にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ	オレンジジュース ぼんせんべい	ミルク ラスク
23 木	里いもとひき肉のカレー煮 きのこサラダ 麦ごはん	米 麦 さといも 油 かたくり粉 すりごま(白)	豚ひき肉 スキムミルク	にんじん しめじ たまねぎ えのきたけ しょうが コーン缶 グリーンピース(冷凍) ほうれんそう	牛 乳 ポップコーン	【やきいもパーティー】 牛 乳 やきいも
24 金	焼きそば レタススープ みかん ロールパン	ロールパン 蒸し中華めん 油	豚もも肉 いか あおのり 花かつお ほたて水煮缶詰	キャベツ みかん たまねぎ にんじん 青ピーマン レタス コーン缶	牛 乳 かりんとう	豆乳いちご バームクーヘン
25 土	【家族ふれあいの日】 <b>ふれあいランチ</b> *おにぎりがいります					
27 月	かぶのクリームシチュー ツナあえ バターロール	バターロール 油 バター 小麦粉 ごま油	ウィンナー スキムミルク ツナ缶	かぶ もやし たまねぎ コーン缶 にんじん しめじ ブロッコリー ほうれんそう	牛 乳 ごませんべい	プリン ビスケット
28 火	きのこごはん 魚の竜田揚げ わかめスープ ごはん	米 糸こんにゃく さとう かたくり粉 油 白ごま	鶏胸肉 油揚げ さかな 豆腐 生わかめ	まいたけ キャベツ しめじ えのきたけ 干し椎茸 もやし にんじん みつば しょうが	牛 乳 芋かりんとう	紅 茶 ケーキ
28 水	月見うどん フルーツゼリー ラップおにぎり	米 うどん(生) フルーツゼリー	かまぼこ 卵 削り節	ほうれんそう しめじ	牛 乳 ビスケット	ジョア ごませんべい
30 木	秋野菜のうま煮 ゴマあえ ごはん	米 さといも 油 さとう すりごま(白)	鶏もも肉	にんじん ほうれんそう ごぼう もやし れんこん だいこん 干し椎茸 さやえんどう	プリン	牛 乳 あんパン
31 金	おかか揚げ ずまし汁 クロロール	クロロール かたくり粉 油 心	しほり豆腐 鶏ひき肉 卵 削り節 干しわかめ	しょうが みつば れんこんキャベツ さやいんげん えのきたけ にんじん	牛 乳 チーズ菓子	牛 乳 さつま芋とりんご煮

今月生まれの子には誕生会の日にプレゼントがあります。乳児はトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。