

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月	とうがんと鶏肉の煮物 オクラの納豆和え ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏もも肉 納豆 削り節 しらす干し 花かつお	グリンピース とうがん にんじん しめじ オクラ えのきたけ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 パイ菓子
2火	煮魚 合わせみそ汁 ゆで枝豆 麦ごはん	米 麦 さとう 板こんにゃく	さかな 油揚げ 煮干し	しょうが たまねぎ かぼちゃ にんじん 粟ねぎ 枝豆	牛 乳 ウエハース	野菜果汁 ★豆腐ドーナツ
3水	鶏肉のトマト煮 じゃこサラダ 食パン	食パン 油 さとう サラダ油	鶏もも肉 大豆 しらす干し	にんにく たまねぎ にんじん しめじ スズキニ トマト キャベツ さやいんげん コーン	お 茶 フルーツゼリー	牛 乳 ビスケット
4木	なめしごはん 厚揚げと豚肉の煮物 白みそ汁 ごはん	米 油 板こんにゃく さとう かたくり粉 じゃがいも	豚もも肉 生揚げ 削り節 生わかめ	たまねぎ にんじん 干し椎茸 グリンピース えのきたけ 粟ねぎ	牛 乳 かりんとう	牛 乳 ゆでとうもろこし
5金	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 フルーツゼリー	ツナ 刻みのり ちくわ 削り節	にんじん きゅうり 干し椎茸 コーン オクラ	牛 乳 クラッカー	お 茶 オレンジヨーグルト
6土	【なかよし保育】	おたのしみランチ			牛 乳 のりせんべい	
8月	豆腐のカレー煮 マカロニサラダ 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう かたくり粉 マカロニ マヨネーズ	豆腐 鶏ひき肉 削り節 ロースハム チーズ 味付け煮干し	たまねぎ にんじん しめじ 粟ねぎ きゅうり 赤ピーマン	牛 乳 おかき	お 茶 すいか クッキー
9火	かぼちゃのそぼろ煮 合わせみそ汁 一口ゼリー ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 削り節 油揚げ 生わかめ 豆腐 味付け煮干し	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじん グリンピース えのきたけ 粟ねぎ	牛 乳 ごませんべい	お 茶 ★わらび餅
10水	豆腐ハンバーグ コンソメスープ 味付け煮干し ごはん	米 パン粉 油 さとう じゃがいも	しほり豆腐 干しひじき 鶏ひき肉 ウィンナー 味付け煮干し	たまねぎ もやし キャベツ パセリ コーン	お 茶 ビスケット	★サワードリンク 塩せんべい
11木	【青空ランチ】 ラップおにぎり 魚の竜田揚げ ポイル野菜・チーズ	米 油 かたくり粉 白ごま	こんぶ佃煮 しらす わかめ おかか さかな サクフレーク チーズ	ゆかり うめぼし しょうが にんじん 枝豆 とうもろこし	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 ★豆乳クリームサンド
12金	豚肉となすのみそ炒め すまし汁 ごはん	米 油 さとう ふ	豚もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	しょうが にんじん なす 青ピーマン しめじ たまねぎ 粟ねぎ	牛 乳 あられ	お 茶 アイスクリーム ウエハース
13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 クッキー	
16火	煮魚 合わせみそ汁 ゆで枝豆 麦ごはん	米 麦 さとう 板こんにゃく	さかな 油揚げ 煮干し	しょうが たまねぎ かぼちゃ にんじん 粟ねぎ 枝豆	お 茶 ウエハース	★キラキラゼリー 塩せんべい
17水	夏野菜のカレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも バター 小麦粉	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん なす かぼちゃ コーン 青ピーマン キャベツ きゅうり	牛 乳 かりんとう	★ココアミルク クラッカー
18木	魚の南蛮漬け わかめスープ ごはん	米 かたくり粉 油 さとう ごま油 白ごま	さかな 豆腐 生わかめ	しょうが たまねぎ 赤ピーマン 青ピーマン もやし にんじん	牛 乳 おこし	牛 乳 ゆでとうもろこし
19金	サラダうどん ひじきの煮物 ごはん	米 干しうどん マヨネーズ 油 さとう	ツナ 生わかめ 削り節 鶏もも肉 油揚げ 干しひじき	きゅうり コーン にんじん さやいんげん	お 茶 ヨーグルト	牛 乳 クッキー
20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	
22月	豆腐のカレー煮 マカロニサラダ 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう かたくり粉 マカロニ マヨネーズ	豆腐 鶏ひき肉 削り節 ロースハム チーズ 味付け煮干し	たまねぎ にんじん しめじ 粟ねぎ きゅうり 赤ピーマン	牛 乳 チーズ菓子	お茶 すいか おかき
23火	鶏肉のトマト煮 じゃこサラダ レーズンロール	レーズンロール 油 さとう サラダ油	鶏もも肉 大豆 しらす干し	にんにく たまねぎ にんじん しめじ スズキニ トマト キャベツ さやいんげん コーン	お 茶 フルーツゼリー	★黒糖きな粉マフィン
24水	かぼちゃのそぼろ煮 合わせみそ汁 チーズ ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 削り節 油揚げ 生わかめ 豆腐 味付け煮干し	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじん グリンピース えのきたけ 粟ねぎ	牛 乳 野菜せんべい	★マカロニ安倍川
25木	【誕生会】 カラフルチャーハン 鶏のから揚げ 野菜スープ ごはん	米 油 かたくり粉 じゃがいも	鶏もも肉	たまねぎ にんじん 青ピーマン もやし パセリ コーン しょうが 赤ピーマン えのきたけ キャベツ	牛 乳 ビスケット	紅 茶 ケーキ
26金	【つき組：宿泊保育】 カレーライス サラダ 他	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	夕方：アイス	
27土	【つき組：宿泊保育】 みんなで朝ごはんをつくれます。					
29月	大葉と野菜のつくね 中華スープ ごはん	米 パン粉 かたくり粉 油	鶏ひき肉 豆腐 ベーコン	にんじん たまねぎ 大葉 キャベツ チンゲンサイ もやし	牛 乳 ごませんべい	お 茶 オレンジヨーグルト
30火	豆腐ハンバーグ コンソメスープ 味付け煮干し コッパン	コッパン パン粉 油 さとう じゃがいも	しほり豆腐 干しひじき 鶏ひき肉 ウィンナー 味付け煮干し	たまねぎ もやし キャベツ パセリ コーン	お 茶 ぼんせんべい	発酵乳 ★マーブルケーキ
31水	夏野菜のカレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも バター 小麦粉	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん なす かぼちゃ コーン 青ピーマン キャベツ きゅうり	牛 乳 クッキー	牛 乳 塩せんべい

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。乳児は成長に順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♪

