



## 【今年度、初めて出る食材】

●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

・梨 (17日)



※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

乳児の朝のおやつは  
牛乳、おかしがです

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	
2	月	中華丼 ブロッコリーサラダ わかめスープ オレンジ	いちごゼリー 牛乳	米、さとう、片栗粉 油、	豚小間肉 牛乳	たまねぎ、にんじん、白菜 絹さや、ブロッコリー、もやし ねぎ、わかめ、オレンジ いちご	料理酒、しょう油 酢、中華だし 出汁、寒天
3	火	ごはん 厚揚げのカレー炒め ちくわきゅうり 味噌汁(ねぎ・なす) オレンジ	ゆでとうもろこし 牛乳	米、油、マカロニ エッグケアマヨネーズ	厚揚げ、豚小間肉 白味噌、ちくわ 牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン 、キュウリ オレンジ、とうもろこし	カレー粉、塩 しょう油、出汁
4	水	食パン ポークシチュー ナムル オレンジ	青菜としらすの まぜごはん 牛乳	食パン、油、小麦粉 さとう、じゃが芋 米、ごま、ごま油	豚小間肉 しらす 牛乳	にんじん、たまねぎ、 トマトピューレー、もやし きゅうり、オレンジ 小松菜	コンソメ、ケチャップ しょう油、酢 ウスターソース 鶏がらだし
5	木	ごはん 魚のマヨコーン焼き 五目金平 味噌汁(もやし・厚揚げ) オレンジ	ドライカレートースト 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ さとう、食パン	赤魚、厚揚げ 白味噌 豚ひき肉 牛乳	クリームコーン、パセリ にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、もやし、オレンジ たまねぎ	塩、しょう油 みりん、料理酒 出汁、ケチャップ 中濃ソース、カレー粉
6	金	冷やしきつねうどん なすの肉味噌炒め すいか	ツナピラフ 牛乳	うどん、さとう 米	油揚げ、鶏小間肉 豚ひき肉、白味噌 ツナ缶 牛乳	わかめ、にんじん、ねぎ なす、ピーマン、すいか たまねぎ	出汁、しょう油 みりん、塩 料理酒、コンソメ
7	土	ごはん 豆腐の肉あんかけ じゃが芋の磯和え 味噌汁(切干し・人参) オレンジ	りんごジャム蒸しパン 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、じゃが芋 ホットケーキミックス りんごジャム	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ、 青のり、切干大根、オレンジ	しょう油、中華だし 塩、出汁
8	日						
9	月	山の日					
10	火	ミートスパゲティ キャベツとコーンのサラダ じゃが芋のスープ オレンジ	味噌焼きおにぎり 牛乳	スパゲティ 油、さとう、じゃが芋 米、ごま	豚ひき肉 豆乳 白味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん、トマト缶 キャベツ、コーン、きゅうり オレンジ	ケチャップ、コンソメ 酢、塩、みりん
11	水	ごはん ホイコーロー シルバーサラダ 中華スープ(チンゲン菜・たまねぎ) オレンジ	納豆そうめん 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、春雨 エッグケアマヨネーズ そうめん	豚小間肉 挽き割り納豆 牛乳	キャベツ、赤ピーマン ねぎ、にんじん、きゅうり コーン、たまねぎ、チンゲン菜 オレンジ	しょうが、白味噌 料理酒、しょう油 塩、出汁、中華だし みりん
12	木	ごはん 鶏団子のさっぱり煮 きゅうりのおかか和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) オレンジ	黒糖ポーロ 牛乳	米、片栗粉、さとう かぼちゃ 小麦粉、黒糖、油 ごま	鶏ひき肉 花巻、白味噌 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん、大根 きゅうり、もやし、オレンジ	料理酒、酢 しょう油、塩、しょうが 出汁 ベーキングパウダー
13	金	ごはん 鮭の塩焼き ひじき炒り煮 味噌汁(キャベツ・厚揚げ) すいか	チーズいももち 牛乳	米、油、さとう じゃが芋、片栗粉	鮭 ちくわ、大豆水煮 厚揚げ、白味噌 ピザ用チーズ、豆乳 牛乳	ひじき、にんじん キャベツ、すいか パセリ	塩麴 出汁、しょう油 塩
14	土	ごはん 豚大根 わかめの酢の物 味噌汁(麩・えのき) オレンジ	スコーン 牛乳	米、さとう 麩、油 ホットケーキミックス いちごジャム	豚小間肉 しらす、白味噌 豆乳 牛乳	大根、にんじん、こんにゃく きゅうり、わかめ、えのき オレンジ	出汁、しょうが しょう油、みりん 酢、塩、出汁
15	日						

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	月	ツナカレー スパゲティサラダ オレンジ	ラスク 牛乳	米、じゃが芋 カレールー、油 スパゲティ エッグケアマヨネーズ 食パン、油	ツナ缶 牛乳	にんじん、たまねぎ きゅうり、オレンジ	塩 メープルシロップ
17	火	スタミナ丼 かぼちゃサラダ 豆腐スープ 梨	餃子のプチピザ 牛乳	米、油、さとう かぼちゃ エッグケアマヨネーズ ぎょうざの皮	豚ひき肉 木綿豆腐 ツナ缶 牛乳	たまねぎ、パプリカ にら、きゅうり、にんじん ねぎ、梨、コーン	料理酒、しょう油 コンソメ、塩 中華だし ケチャップ
18	水	ごはん 鶏肉の甘酢マヨ焼き じゃが芋とコーンのソテー 味噌汁(わかめ・たまねぎ) オレンジ	ごま入りクッキー 牛乳	米、さとう エッグケアマヨネーズ 片栗粉、じゃが芋 油、小麦粉 ごま	鶏むね肉 白味噌 牛乳	コーン、わかめ、玉ねぎ オレンジ	料理酒、しょう油 みりん、酢、塩 出汁
19	木	ごはん 揚げ魚の甘辛煮 トマトときゅうりのピクルス風 味噌汁(キャベツ・コーン) オレンジ	焼きそば 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、焼きそば麺	かじき 白味噌 豚小間肉 牛乳	トマト、きゅうり キャベツ、コーン オレンジ、もやし、たまねぎ にんじん、青のり	塩、しょう油 みりん、酢、塩 出汁、ソース
20	金	食パン ミートローフ キャベツのツナ和え 白菜スープ スイカ	ひじきごはん 牛乳	食パン、油 パン粉、ごま油、さとう 米	豚ひき肉 ツナ缶 油揚げ 牛乳	たまねぎ、にんじん キャベツ、いんげん 白菜、たまねぎ、すいか ひじき、	塩、ケチャップ 中濃ソース しょう油、コンソメ みりん、料理酒
21	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(しめじ・玉ねぎ) オレンジ	ホットケーキ 牛乳	米、ごま油 ホットケーキミックス	木綿豆腐 豚小間肉、花鰹 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、もやし、にら ほうれん草、コーン しめじ、たまねぎ、オレンジ	料理酒、しょう油 塩、出汁 メープルシロップ
22	日						
23	月	冷やし担々麺 マセドアンサラダ オレンジ	鶏おこわ 牛乳	焼きそば麺、ごま油 さとう、ごま じゃが芋 エッグケアマヨネーズ 米、もち米	豚ひき肉 白味噌 豆乳 鶏ひき肉 牛乳	ねぎ、チンゲン菜 ホールコーン、きゅうり にんじん、オレンジ ごぼう	出汁、しょう油 中華だし、塩 料理酒
24	火	ごはん 焼肉 高野豆腐の煮物 味噌汁(小松菜・えのき) 梨	ひまわり寒天 牛乳	米、油、さとう ごま油、片栗粉	豚ロース、高野豆腐 白味噌 牛乳	ピーマン、赤ピーマン たまねぎ、しょうが、にんにく にんじん、グリーンピース 小松菜、えのき、梨 オレンジジュース、グレープジュース	しょう油、みりん
25	水	ごはん じゃが芋のカントリー煮 わかめサラダ コーンスープ オレンジ	かやくごはん 牛乳	じゃが芋 油、さとう、米 ごま	豚小間肉 豆乳 油揚げ 牛乳	にんじん、たまねぎ、もやし きゅうり、わかめ、クリームコーン パセリ、オレンジ、こんにやく	コンソメ、ケチャップ ウスターソース、酢 しょう油、塩、料理酒 みりん
26	木	ごはん 煮魚 じゃこサラダ 味噌汁(人参・玉ねぎ) オレンジ	ジャムトースト 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ さとう、食パン いちごジャム	赤魚、ちりめん 白味噌 牛乳	キャベツ、小松菜、きゅうり にんじん、たまねぎ、オレンジ	塩、こしょう 酢、しょう油、さとう
27	金	わかめごはん 鶏肉の唐揚げ ひじきと白菜のマヨサラダ 味噌汁(わかめ・ねぎ) メロン	2色蒸しケーキ 牛乳	米、片栗粉 さとう、ごま、麩 エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス 油、いちごジャム	鶏もも肉、ツナ缶 白味噌 豆乳 豆乳生クリーム 牛乳	キャベツ、刻みのり ひじき、白菜、にんじん ねぎ、メロン、わかめ	料理酒、しょう油 しょうが、みりん 酢、ココア
28	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(切干し・えのき) オレンジ	鮭おにぎり 牛乳	米、じゃが芋、さとう エッグケアマヨネーズ 米、わかめ	豚小間肉 白味噌 鮭フレーク 牛乳	たまねぎ、にんじん しらたき、きゅうり、切干大根 えのき	しょう油、出汁
29	日						
30	月	夏野菜カレー(ミートボール) 春雨サラダ オレンジ	フルーツサンド 牛乳	米、かぼちゃ、油 春雨、さとう ごま油、食パン	豚小間肉 牛乳 豆乳生クリーム	ピーマン、なす、にんじん たまねぎ、きゅうり、コーン、オレンジ いちご、もも	カレールー 酢、しょう油
31	火	ごはん 鶏肉の照り焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(大根・油揚げ) 梨	ジャージャーうどん 牛乳	米、さとう、ごま油 うどん、片栗粉	鶏もも肉 しらす、挽き割り納豆 油揚げ、白味噌 豚ひき肉、白味噌	パセリ、小松菜、にんじん だいこん、梨 ねぎ、しょうが、きゅうり	塩、しらす 挽き割り納豆 出汁

