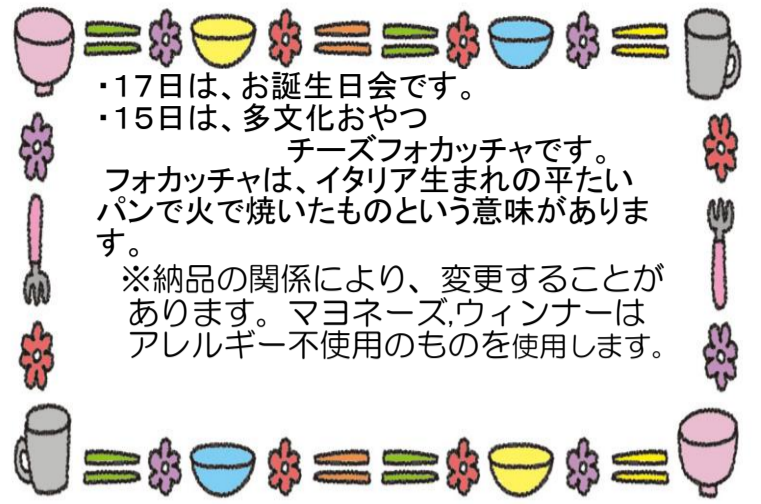


【今年度、初めて出る食材】

- ・梨（18日）
- ・高野豆腐（22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。



乳児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	月	中華丼 ブロッコリーサラダ わかめスープ すいか	ゆでとうもろこし せんべい 牛乳	米、さとう、片栗粉 油、ごま	豚小間肉 牛乳	玉ねぎ、にんじん 白菜、絹さや、ブロッコリー もやし、ねぎ、わかめ すいか、とうもろこし	料理酒、しょう油 酢、中華だし、塩
2	火	ジャムパン(いちご) じゃがいものトマト煮 もやしサラダ コンソメスープ りんご	青菜としらすのまぜごはん 牛乳	食パン、いちごジャム じゃが芋、油、さとう 米、ごま油、ごま	鶏小間肉 ちりめん 牛乳	玉ねぎ、にんじん トマト缶、もやし、きゅうり コーン、キャベツ、りんご 小松菜	しょう油、酢、コンソメ 塩、出汁
3	水	ごはん 生揚げのカレー炒め シェルマカロニサラダ 味噌汁(しめじ・なす) りんご	ごま入りクッキー 牛乳	米、油、マカロニ エッグケアマヨネーズ 小麦粉、さとう ごま	厚揚げ、豚小間肉 味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ、しめじ ピーマン、きゅうり、なす りんご	塩、カレー粉、しょう油 出汁
4	木	夏野菜カレー 変わりサラダ すいか	ひじきごはん 牛乳	米、かぼちゃ 油、小麦粉 ごま、カレールー エッグケアマヨネーズ さとう	豚小間肉 しらす、油揚げ 牛乳	にんじん、玉ねぎ、なす 小松菜、わかめ、コーン 刻みのり、すいか ひじき	コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース、しょう油 みりん、料理酒 出汁
5	金	ごはん カレーの煮付け きんぴらごぼう 味噌汁(玉ねぎ・えのき) りんご	焼きそば 牛乳	米、油、さとう ごま、焼きそば麺	カレー 味噌 豚小間肉 牛乳	にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、玉ねぎ、えのき りんご、青のり	しょう油 みりん、料理酒 出汁 中濃ソース
6	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・わかめ) りんご	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、油 さとう、片栗粉 じゃが芋、いちごジャム ホットケーキミックス	木綿豆腐、豚ひき肉 味噌 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ、青のり 切干大根、わかめ、りんご	しょう油、中華だし 塩、出汁
7	日						
8	月	わかめうどん 鶏肉の照り焼き きゅうりとちくわのサラダ メロン	ツナピラフ 牛乳	うどん、さとう エッグケアマヨネーズ ごま、米	油揚げ 鶏もも肉、ちくわ ツナ缶 牛乳	わかめ、にんじん、ねぎ きゅうり、メロン 玉ねぎ、パセリ	出汁、みりん、しょう油 塩、料理酒、コンソメ
9	火	ごはん たらのマヨコーン焼き ひじき炒り煮 味噌汁(キャベツ・厚揚げ) りんご	チーズ芋餅 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ さとう、じゃが芋 片栗粉	たら、大豆水煮 ちくわ、厚揚げ 味噌、豆乳 ピザ用チーズ 牛乳	クリームコーン、パセリ ひじき、にんじん、キャベツ りんご、青のり	塩、出汁、しょう油
10	水	ごはん 鶏団子のさっぱり煮 切干大根のおかか和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) りんご	黒糖ポーロ 牛乳	米、片栗粉 さとう、かぼちゃ 小麦粉、黒糖、ごま 油	鶏ひき肉 木綿豆腐、花鰹 味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、しょうが、切干大根 小松菜、にんじん、りんご	料理酒、酢、しょう油 塩、出汁 ベーキングパウダー
11	木	山の日					
12	金	ごはん ホイコーロー シルバーサラダ 中華スープ(人参・チンゲン菜) メロン	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 味噌 挽き割り納豆 牛乳	ねぎ、しょうが、にんじん きゅうり、コーン、赤ピーマン チンゲン菜、メロン	料理酒、しょう油 塩、出汁、中華だし みりん
13	土	ごはん 豚大根 わかめの酢の物 味噌汁(豆腐・えのき) りんご	スコーン 牛乳	米、さとう ホットケーキミックス 油、いちごジャム	豚小間肉、木綿豆腐 ちりめん、味噌 豆乳 牛乳	大根、にんじん、こんにゃく しょうが、きゅうり、わかめ えのき、りんご	出汁、しょう油、みりん 酢、塩
14	日						
15	月	ツナカレー 大豆サラダ すいか	チーズフォカッチャ 牛乳	米、じゃが芋 油、小麦粉 エッグケアマヨネーズ さとう、カレールー オリーブオイル	ツナ缶、大豆水煮 ダイスチーズ パルメザンチーズ 牛乳	にんじん、玉ねぎ、きゅうり コーン、すいか	コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース ドライイースト ベーキングパウダー

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	火	ごはん 鶏肉のチーズ焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(大根・油揚げ) メロン	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、ピザ用チーズ 挽き割り納豆、しらす 油揚げ、味噌 豚ひき肉 牛乳	パセリ、小松菜、にんじん 大根、メロン、ねぎ しょうが、きゅうり	塩、しょう油、酢 出汁
17	水	ツナサンド(ロールパン) ひまわりハンバーグ じゃが芋としめじのソテー コンソメスープ メロン	マーマレードケーキ 牛乳	バターロール、いちごジャム エッグケアマヨネーズ パン粉、油、じゃが芋 ホットケーキミックス マーマレードジャム、さとう	ツナ缶 豚ひき肉、鶏ひき肉 豆乳 生クリーム 牛乳	キャベツ、きゅうり 玉ねぎ、にんじん、コーン しめじ、もやし、小松菜 メロン、みかん缶 オレンジジュース	塩、ケチャップ コンソメ
18	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) 梨	ラーメン 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、中華麺	かじき、味噌 牛乳	トマト、きゅうり、キャベツ コーン、梨 わかめ、ねぎ	塩、しょう油、みりん 酢、出汁 ラーメンスープ
19	金	スタミナ丼 かぼちゃサラダ 豆腐スープ 梨	餃子の皮のプチピザ 牛乳	米、さとう、かぼちゃ エッグケアマヨネーズ ぎょうざの皮 油	豚ひき肉 木綿豆腐 ツナ缶、ピザ用チーズ 牛乳	玉ねぎ、パプリカ、にら にんにく、きゅうり、にんじん パセリ、わかめ、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
20	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) 梨	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、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、玉ねぎ、梨	料理酒、しょう油 塩、出汁 メープルシロップ
21	日						
22	月	ごはん 焼肉 高野豆腐の煮物 味噌汁(小松菜・切干し) 梨	スパゲティミートソース 牛乳	米、さとう、ごま油 片栗粉、油 スパゲティ	豚小間肉 高野豆腐 味噌 豚ひき肉 牛乳	もやし、ピーマン、赤ピーマン 玉ねぎ、しょうが、にんにく にんじん、グリーンピース 小松菜、切干大根、梨 パセリ	しょう油、みりん 出汁、ケチャップ コンソメ、塩
23	火	冷やし坦々麺 たらのチーズ焼き わかめサラダ 梨	鶏おこわ 牛乳	中華麺、ごま油 さとう、ごま 油、米、もち米	豚ひき肉、たら 味噌、豆乳 ピザ用チーズ 鶏ひき肉 牛乳	ねぎ、チンゲン菜、コーン もやし、きゅうり、わかめ 梨、ごぼう、にんじん、パセリ	しょう油、中華だし 塩、酢、料理酒
24	水	ごはん 鶏肉の味噌マヨ炒め 春雨サラダ 中華スープ(もやし・ねぎ) メロン	ココア蒸しパン 牛乳	米、春雨、さとう エッグケアマヨネーズ ごま油 ホットケーキミックス	鶏小間肉、味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ブロッコリー きゅうり、コーン、もやし ねぎ、メロン	みりん、酢、しょう油 出汁、塩、ココア ベーキングパウダー 中華だし
25	木	ジャムパン(りんご) 豚肉のケチャップ炒め じゃこサラダ コーンスープ 梨	かやくごはん 牛乳	食パン、りんごジャム さとう、米、ごま	豚小間肉 ちりめん、豆乳 油揚げ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン マッシュルーム、キャベツ 小松菜、きゅうり、玉ねぎ クリームコーン、パセリ こんにゃく、にんじん、梨	ケチャップ、しょう油 塩、酢、コンソメ 料理酒、みりん 出汁
26	金	ごはん 豆腐の田楽 マセドアンサラダ 清汁(わかめ・玉ねぎ) 梨	揚げパン 牛乳	米、パン粉、さとう じゃが芋、片栗粉 エッグケアマヨネーズ バターロール、油	鶏ひき肉、木綿豆腐 味噌 きなこ 牛乳	しょうが、きゅうり、にんじん わかめ、玉ねぎ、梨	しょう油、みりん 出汁、塩
27	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(油揚げ・えのき) 梨	鮭わかめおにぎり 牛乳	米、じゃが芋、さとう 油 エッグケアマヨネーズ	豚小間肉 油揚げ、味噌 鮭フレーク、ちりめん 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、えのき、梨 わかめ	しょう油、出汁
28	日						
29	月	ごはん 豚肉のねぎ塩炒め キャベツのツナ和え 味噌汁(厚揚げ・なめこ) 梨	ドライカレートースト 牛乳	米、ごま油、さとう ごま、食パン 小麦粉	豚小間肉 ツナ缶、豚ひき肉 厚揚げ、味噌 牛乳	もやし、ねぎ、にら、しょうが キャベツ、いんげん、にんじん なめこ、梨、玉ねぎ、パセリ	しょう油、塩 出汁、中濃ソース ケチャップ、カレー粉
30	火	ごはん 鶏肉の甘酢マヨ焼き 切干し大根炒め煮 白菜スープ 梨	黒糖ケーキ 牛乳	米、さとう、油 エッグケアマヨネーズ 片栗粉、黒糖 ホットケーキミックス	鶏むね肉 厚揚げ 豆乳 牛乳	切干大根、にんじん 白菜、玉ねぎ、梨	塩、しょう油、みりん 酢、コンソメ 料理酒
31	水	ごはん 豚レバーの香り揚げ かぼちゃの含め煮 味噌汁(人参・小松菜) 梨	ひまわり羹 クラッカー 牛乳	米、ごま油、片栗粉 油、さとう、かぼちゃ	豚レバー 味噌 牛乳	にんじん、小松菜 梨 しょうが オレンジジュース ぶどうジュース	料理酒、しょう油 出汁 塩 寒天

