



日曜日	献立名	材 料	主食 フルーツ	10時おやつ (乳児のみ)	3時おやつ (全員)
1 水	あずきご飯 鶏の塩麹焼き 海草サラダ 野菜の付け合わせ 豆腐の味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 鶏肉 はちみつ 塩麹 海草ミックス きゅうり 人参 ちりめんじゃこ 砂糖 醤油 酢 トマト 豆腐 人参 しめじ 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 芋けんぴ*	牛乳 ココア 蒸しパン (手作り)
2 木	ししゃも 野菜たっぷりナムル 高野豆腐の煮物 水菜の味噌汁	ししゃも ほうれん草 切干大根 人参 もやし 砂糖 醤油 ごま油 ごま 高野豆腐 砂糖 醤油 みりん 水菜 じゃがいも わかめ 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 海草 スナック*	アロエ ヨーグルト
3 金	豚の角煮 ひじきのサラダ アスパラガスのサラダ 小松菜の味噌汁	豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ひじき きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま油 アスパラガス コーン マヨネーズ 塩こしょう 小松菜 大根 人参 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 えび まるせん*	牛乳 お麩ラスク (手作り)
4 土	エビのカレーピラフ 野菜のピクルス 野菜の付け合わせ コンソメスープ	エビ 玉葱 ミックスベジタブル カレー粉 コンソメ 塩こしょう 大根 きゅうり 人参 セロリ 砂糖 酢 レタス ドレッシング じゃがいも 玉葱 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 夏みかん	牛乳 牛乳 かりんとう*	牛乳 カップ ケーキ*
6 月	魚の竜田揚げ わかめの酢の物 人参の味噌マヨ和え 椎茸の味噌汁	さば 生姜 醤油 片栗粉 わかめ もやし きゅうり 砂糖 醤油 酢 人参 味噌 マヨネーズ 砂糖 椎茸 キャベツ 人参 味噌 ねぎ	ご飯 メロン	牛乳 うす焼き せんべい*	牛乳 カリポテ スナック*
7 火	松風焼き ほうれん草のお浸し そら豆の塩ゆで 人参の味噌汁	鶏肉 木綿豆腐 白葱 玉葱 片栗粉 牛乳 卵 砂糖 味噌 ごま ほうれん草 花がとお 醤油 みりん そら豆 塩 人参 油揚げ 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯 パイナップル	牛乳 あまから せん*	牛乳 みかん寒天 (手作り)
8 水	魚の塩焼き 大豆とひじきの煮物 新玉葱のスライス 大根の味噌汁	鮭 塩 鶏肉 大豆 ひじき 人参 油揚げ 昆布 砂糖 醤油 酒 みりん 玉葱 ぼん酢 花がとお 大根 ほうれん草 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 栗しぐれ*	ヤクルト いも花子*
9 木	☆お誕生会☆	《特別メニュー》			
10 金	ロールパン 鶏のチーズ焼き マカロニサラダ 野菜の付け合わせ ミネストローネ	ロールパン 鶏肉 塩こしょう 粉チーズ マカロニ きゅうり 人参 ツナ ごま マヨネーズ 塩こしょう サニーレタス キャベツ コーン カットマト コンソメ 塩こしょう パセリ	パン グレープ フルーツ	牛乳 二色あられ*	牛乳 シリアル ヨーグルト (手作り)
11 土	チキンライス 野菜の付け合わせ チーズ コンソメスープ	鶏肉 玉葱 ミックスベジタブル ケチャップ コンソメ 塩こしょう サラダ菜 プロセスチーズ 大根 人参 セロリ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 夏みかん	牛乳 小粒揚げ*	牛乳 しおポン せん*
13 月	魚の照り焼き 切干大根の酢の物 昆布の佃煮 かぼちゃの味噌汁	ぶり 砂糖 醤油 酒 みりん 切干大根 きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま 昆布 砂糖 醤油 花がとお かぼちゃ 玉葱 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 メロン	牛乳 とうもろこし あられ*	牛乳 ミレー ビスケット*
14 火	ハンバーガー コールスローサラダ フライドポテト コンソメスープ	牛肉 玉葱 レタス ミートマト 塩こしょう ソース マヨネーズ ケチャップ キャベツ きゅうり 人参 コーン コールスロードレッシング 塩こしょう じゃがいも 塩 ミックスビーンズ 玉葱 セロリ コンソメ 塩こしょう パセリ	パン パイナップル	牛乳 フルーツ ラムネ*	牛乳 ソフトクッキー (手作り)
15 水	あずきご飯 鶏の塩焼き もやしの酢の物 豆苗のお浸し エリンギの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 鶏肉 塩 もやし キャベツ 人参 砂糖 醤油 酢 豆苗 花がとお 醤油 みりん エリンギ 豆腐 わかめ 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 ミックス ゼリー*	牛乳 ホットケーキ (手作り)
16 木	豚と野菜の炒め物 納豆 キャベツの味噌汁	豚肉 玉葱 なす もやし ピーマン にんにく 生姜 醤油 酒 みりん 納豆 醤油 花がとお ねぎ キャベツ 麩 ほうれん草 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 ごぼう スナック*	ジョア のり巻き あられ*



日曜日	献立名	材 料	主食 フルーツ	10時おやつ (乳児のみ)	3時おやつ (全員)
17 金	鮭のハーブ焼き キャベツのサラダ キャロットラペ コンソメスープ	鮭 ハーブソルト キャベツ きゅうり ハム コーン マヨネーズ 塩こしょう 人参 レーズン 酢 オリーブ油 塩こしょう 砂糖 玉葱 エリンギ コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 全粒粉 クラッカー*	牛乳 バナナケーキ (手作り)
18 土	ひじきご飯 しば漬け きゅうりの酢漬け 玉葱の味噌汁	鶏肉 ひじき ごぼう 人参 油揚げ 干し椎茸 砂糖 醤油 酒 みりん しば漬け きゅうり 砂糖 醤油 酢 ごま油 玉葱 人参 大根 味噌 ねぎ	ご飯 夏みかん	牛乳 たまごボーロ*	牛乳 とうもろこし あられ*
20 月	豚のマーマレード焼き 生野菜サラダ オクラのおかか和え コンソメスープ	豚肉 マーマレード 塩こしょう 醤油 砂糖 にんにく ぶどう酒 レタス サニーレタス 赤玉葱 ベビーリーフ ドレッシング オクラ 醤油 みりん 花がとお 大根 人参 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 メロン	牛乳 ねじりん棒*	牛乳 胚芽 スティック*
21 火	焼き鳥 ごぼうサラダ 野菜の付け合わせ なすの味噌汁	鶏肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ごぼう きゅうり 人参 マヨネーズ 醤油 塩こしょう ごま サラダ菜 なす 油揚げ 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 ひじき スティック*	牛乳 茹でじゃが (手作り)
22 水	雑穀ご飯 魚の味噌漬焼き サラダなます いんげんのごま和え じゃがいもの味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 鯖 味噌 砂糖 みりん 人参 大根 きゅうり 酢 砂糖 醤油 いんげん 醤油 みりん ごま じゃがいも ほうれん草 しめじ 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 畑の クラッカー*	牛乳 黒糖蒸しパン (手作り)
23 木	中華どんぶり もやしの酢の物 べつたら漬け 野菜スープ	豚肉 キャベツ 人参 干し椎茸 たけのこ 白葱 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ウエイパー 塩こしょう ごま油 片栗粉 もやし わかめ きゅうり 砂糖 醤油 酢 べつたら漬け 玉葱 人参 コーン 牛スープ ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 ふわふわ チップス*	ソフィール
24 金	肉うどん 大豆サラダ 野菜の付け合わせ	豚肉 人参 えのき 砂糖 醤油 かまぼこ 油揚げ ねぎ みりん 大豆 さつまいも きゅうり マヨネーズ 塩こしょう レタス	麺 メロン	牛乳 胚芽 ビスケット*	牛乳 ジャムパン (手作り)
25 土	ハヤシライス らっきょう漬け カリフラワーのマヨ和え	牛肉 玉葱 人参 カットマト ケチャップ ルウ 塩こしょう パセリ らっきょう漬け カリフラワー マヨネーズ マスタード 塩こしょう	ご飯 パイナップル	牛乳 ポテト チップス*	牛乳 まあるい クラッカー*
27 月	鶏の竜田揚げ なすの酢の物 ほうれん草の味噌汁	鶏肉 生姜 醤油 片栗粉 なす きゅうり わかめ 砂糖 醤油 酢 ほうれん草 玉葱 椎茸 味噌 ねぎ	ご飯 夏みかん	牛乳 動物 ビスケット*	牛乳 紫いも チップス*
28 火	魚のごま醤油焼き 切干大根の煮物 キャベツのゆかり和え 豆苗の味噌汁	鯖 砂糖 醤油 酒 みりん ごま 切干大根 人参 油揚げ こんにやく いんげん 酒 砂糖 醤油 みりん キャベツ ゆかり 塩 豆腐 人参 豆苗 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 しおポン せん*	牛乳 野菜 スティック*
29 水	豚の生姜焼き 春雨サラダ じゃがいもの煮物 しめじの味噌汁	豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 春雨 きゅうり わかめ ツナ 砂糖 醤油 酢 ごま じゃがいも 砂糖 醤油 みりん しめじ 玉葱 小松菜 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 根昆布 あられ*	牛乳 フルーツ寒天 (手作り)
30 木	麻婆なす 中華クラゲの和え物 かきたま汁	豚肉 なす ピーマン 人参 たけのこ 干し椎茸 生姜 砂糖 醤油 酒 ウエイパー 片栗粉 ごま油 クラゲ きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま油 卵 春雨 わかめ 醤油 みりん 塩 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 ふ菓子*	ヤクルト 小魚 スナック*

 14日(火)は、『アメリカフェア』となっております。
 国旗のマークが目印です。

和食: 16回 洋食: 7回 中華: 2回	ご飯: 22回 パン: 2回 麺類: 1回	豚肉: 7回 鶏肉: 8回 牛肉: 2回 魚類: 8回
-----------------------------	-----------------------------	--------------------------------------

・材料の都合により献立を一部、変更する場合があります。
 ・*印のついたおやつは自然食品のものを使用しております。
 ・0歳児、離乳食メニューはその日の食材を使用し、個人別に対応しております。
 ・材料、おやつには出来るだけ食品添加物無添加、自然食品のものを使用するように努めております。

