

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 火	あずきご飯 ぶりのおろしぼん酢 ごぼうサラダ オクラのおかか和え 小松菜の味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま ぶり 塩 大根 ぼん酢 ごぼう きゅうり 人参 ハム 醤油 マヨネーズ 塩こしょう オクラ 醤油 みりん 花がっお 小松菜 玉葱 椎茸 味噌 ねぎ	ご飯 すいか	牛乳 ひじき あられ*	牛乳 とうもろこし (手作り)
2 水	お誕生会	特別メニュー			
3 木	ポークピカタ もやしのサラダ レタス コンソメスープ	豚肉 塩こしょう 小麦粉 卵 もやし キャベツ きゅうり 砂糖 酢 塩こしょう オリーブ油 レタス ドレッシング 大根 エリンギ ズッキーニ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 ピオーネ	牛乳 おから スナック*	ヤクルト おやつ カステラ*
4 金	鯖の照り焼き 大根の和風サラダ なすの焼き浸し かぼちゃの味噌汁	鯖 醤油 砂糖 酒 みりん 大根 きゅうり しそ かにかま マヨネーズ 酢 なす 生姜 めんつゆ ごま油 花がっお かぼちゃ 玉葱 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 いも花子*	牛乳 きな粉 マ・カリトスト (手作り)
5 土	ひじきご飯 たくあん カリフラワーのカーベクルス じゃがいもの味噌汁	鶏肉 ひじき 人参 ごぼう 薄揚げ 干し椎茸 醤油 砂糖 みりん たくあん カリフラワー 砂糖 酢 カレー粉 じゃがいも 人参 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 牛乳 かりんとう*	牛乳 胚芽 スティック*
7 月	雑穀ご飯 鶏の塩焼き 茗荷の酢の物 枝豆 人参の味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 ごま 鶏肉 塩 茗荷 きゅうり わかめ 醤油 砂糖 酢 枝豆 塩 人参 キャベツ 白しめじ 味噌 ねぎ	ご飯 巨峰	牛乳 磯辺巻*	牛乳 英字 ビスケット*
8 火	カレーライス コールスローサラダ 野菜の付け合わせ	豚肉 玉葱 じゃがいも 人参 かぼちゃ おくら コーン にんにく ルウ ソース 塩こしょう キャベツ 人参 きゅうり コールスロードレッシング 塩こしょう ブロッコリー	ご飯 デラウェア	牛乳 海草 スナック*	牛乳 フルーツ ヨーグルト (手作り)
9 水	鯖の塩焼き 切干大根の煮物 昆布の佃煮 なすの味噌汁	鯖 塩 切干大根 人参 糸こん 薄揚げ いんげん 醤油 砂糖 みりん 昆布 醤油 砂糖 花がっお なす 玉葱 そうめん 味噌 ねぎ	ご飯 すいか	牛乳 ふわふわ チップス*	牛乳 ホットケーキ (手作り)
10 木	豚の生姜焼き もやしの酢の物 冬瓜の煮物 エリンギの味噌汁	豚肉 生姜 醤油 砂糖 酒 みりん もやし きゅうり わかめ 醤油 砂糖 酢 冬瓜 醤油 砂糖 酒 みりん 片栗粉 エリンギ 玉葱 薄揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 たまご ポーロ*	ソファール
12 土	春雨どんぶり 中華きゅうり しば漬け 大根スープ	豚肉 春雨 人参 醤油 砂糖 豆板醤 ごま油 ねぎ きゅうり 醤油 砂糖 酢 ごま油 しば漬け 大根 コーン あおさ 牛スープ ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 ミックス ゼリー*	牛乳 ふ菓子*
14 月	ししゃも ひじきサラダ 梅干し 巻き麩の味噌汁	ししゃも ひじき 人参 きゅうり 醤油 砂糖 酢 ごま油 ごま 梅干し 巻き麩 人参 三つ葉 味噌	ご飯 ピオーネ	牛乳 胚芽 ビスケット*	牛乳 玄米サンド クラッカー*
15 火	ロールパン ポトフ ズッキーニのチズグリル	ロールパン ウイナー キャベツ 大根 人参 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ ズッキーニ パルメザンチーズ 塩こしょう	パン オレンジ	牛乳 カル鉄 スティック*	牛乳 カルピスゼリ (手作り)
16 水	鮭のハーブ焼き こふきいも 豆サラダ コンソメスープ	鮭 ハーブソルト じゃがいも 塩こしょう ミックスビーンズ トマト デリシャスドレッシング 玉葱 人参 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 すいか	牛乳 根昆布 あられ*	牛乳 レーズン 蒸しパン (手作り)
17 木	あずきご飯 焼き鶏 わかめの酢の物 玉葱スライス えのきの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 鶏肉 生姜 醤油 砂糖 酒 みりん わかめ もやし 薄揚げ 醤油 砂糖 酢 玉葱 花がっお ぼん酢 えのき 大根 人参 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 おやつ カステラ*	ジョア 水族館の なかまたち*

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)
18 金	豚肉となすの 味噌炒め クラゲの酢の物 かきたま汁	豚肉 なす 玉葱 人参 しめじ ピーマン パプリカ 味噌 醤油 砂糖 ごま油 クラゲ きゅうり 人参 醤油 砂糖 酢 ごま 卵 玉葱 ほうれん草 鶏がらスープ 醤油 みりん ねぎ	ご飯 デラウェア	牛乳 二色 あられ*	牛乳 ぶどう寒天 (手作り)
19 土	ハヤシライス らっきょう いんげんのマヨ和え	牛肉 玉葱 人参 ピーマン ルウ ソース 塩こしょう パセリ らっきょう いんげん マヨネーズ 塩こしょう	ご飯 バナナ	牛乳 荒挽き えびせん*	牛乳 ひじき スティック*
21 月	ぶりの味噌漬け焼き 豆苗のナムル 野菜の付け合わせ オクラの味噌汁	ぶり 味噌 砂糖 みりん 豆苗 もやし 人参 鶏がらスープ 砂糖 ごま油 ミニトマト オクラ 大根 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 ピオーネ	牛乳 小魚せん*	牛乳 栗しぐれ*
22 火	チンジャオロース きゅうりの梅肉和え あおさのスープ	牛肉 ピーマン パプリカ たけのこ 玉葱 生姜 にんにく 醤油 砂糖 酒 オイスターソース 塩こしょう 片栗粉 ごま油 きゅうり 梅干し 塩 あおさ 玉葱 しめじ 牛スープ ねぎ	ご飯 すいか	牛乳 えび まるせん*	牛乳 玄米ブランの サンド*
23 水	ロールパン フリフリチキン グリーンサラダ ガーリックシュリンプ コンソメスープ	ロールパン 鶏肉 にんにく 生姜 パインジュース 醤油 砂糖 ケチャップ 酢 ごま油 サニーレタス レタス 赤玉葱 ベビーリーフ ドレッシング エビ にんにく 小麦粉 バター ハーブソルト オリーブ油 人参 白しめじ 小松菜 コンソメ 塩こしょう パセリ	パン オレンジ	牛乳 かぼちゃ サブレ*	牛乳 ハワイアン パンケーキ (手作り)
24 木	鯖の味噌煮 なすの酢の物 ピーマンの甘辛炒め 豆腐の味噌汁	鯖 生姜 味噌 醤油 砂糖 酒 みりん なす 玉葱 薄揚げ 醤油 砂糖 酢 ピーマン パプリカ ちくわ 醤油 砂糖 ごま ごま油 豆腐 椎茸 わかめ 味噌 ねぎ	牛乳 巨峰	牛乳 スイート ポリコーン*	ソファール
25 金	エビの冷製スパゲティ 大豆サラダ コンソメスープ	エビ ツナ トマト 玉葱 しそ にんにく 塩麹 胡椒 オリーブ油 大豆 さつまいも きゅうり マヨネーズ 塩こしょう サニーレタス 大根 オクラ コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	麺 グレープ フルーツ	牛乳 野菜 スナック*	牛乳 パインケキ (手作り)
26 土	カレーピラフ ブロッコリーのハーブ和え 野菜の付け合わせ ミネストローネ	ウイナー ミックスベジタブル 玉葱 コンソメ 醤油 カレー粉 塩こしょう ブロッコリー ハーブソルト オリーブ油 レタス カットマト 玉葱 セロリ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 バナナ	牛乳 ふ菓子*	牛乳 英字 ビスケット*
28 月	豚の塩麹焼き 磯香和え 納豆 薄揚げの味噌汁	豚肉 塩麹 はちみつ ほうれん草 もやし 人参 刻みのり 醤油 みりん 納豆 醤油 たくあん 薄揚げ 人参 エリンギ 味噌 ねぎ	ご飯 ピオーネ	牛乳 米粉 クッキー*	牛乳 鉄カル ウエハース*
29 火	油淋鶏 野菜たっぷりナムル 野菜の付け合わせ 卵スープ	鶏肉 生姜 塩こしょう 片栗粉 にんにく 白葱 醤油 砂糖 酢 はちみつ ごま油 切干大根 ほうれん草 もやし 人参 ひじき 醤油 砂糖 ごま油 トマト 卵 しめじ きくらげ 鶏がらスープ 醤油 みりん ねぎ	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 海草 スナック*	牛乳 かき氷 (手作り)
30 水	鮭のごま醤油焼き きゅうりの酢の物 ゴーヤチャンプル キャベツの味噌汁	鮭 醤油 砂糖 みりん ごま きゅうり わかめ もやし 醤油 砂糖 酢 ゴーヤ 卵 豆腐 スパム 醤油 砂糖 ごま油 花がっお キャベツ 人参 そうめん 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 ごぼう スナック*	牛乳 ダイヤモンド クッキー (手作り)
31 木	豚のマーメレード焼き パプリカサラダ 人参の味噌マヨ和え コンソメスープ	豚肉 塩こしょう にんにく 醤油 砂糖 酒 マーメレード パプリカ もやし きゅうり 砂糖 酢 塩こしょう オリーブ油 人参 味噌 砂糖 マヨネーズ 大根 コーン レタス コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 巨峰	牛乳 のりのり 揚げ餅*	牛乳 ヤクルト ソースせん*



今月はハワイフェアになっております。
ヤシの木のマークが目印です。

和食: 14回
洋食: 9回
中華: 3回

ご飯: 23回
麺類: 1回
パン: 2回

豚肉: 9回
鶏肉: 6回
魚類: 9回
牛肉: 2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、自然食のものを使用するように努めております。

