

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月	ぶりの味噌漬け焼き 海草サラダ 野菜の付け合わせ しめじの味噌汁	ぶり 味噌 砂糖 みりん 海草ミックス きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま トマト しめじ 玉葱 花麩 味噌 ねぎ	 ご飯 バナナ	牛乳 芋けんぴ＊	牛乳 おやつ カステラ＊
2火	あずきご飯 豚の角煮 キャベツの酢の物 ブロッコリーのマヨ和え 豆腐の味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 昆布 キャベツ きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ブロッコリー マヨネーズ 粒マスタード 豆腐 わかめ 椎茸 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 海草 スナック＊	牛乳 みかん寒天 (手作り)
3水	鶏肉のさっぱり煮 豆苗のお浸し 昆布の佃煮 玉葱の味噌汁	鶏肉 生姜 にんにく 醤油 砂糖 酒 みりん 酢 豆苗 もやし 人参 醤油 みりん 昆布 砂糖 醤油 花がっお ごま 玉葱 油揚げ えのき 味噌 ねぎ	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 胚芽 スティック＊	ソファール
4木	☆お誕生会☆	《特別メニュー》 			
5金	ししゃも 切干大根の煮物 梅干し ほうれん草の味噌汁	ししゃも 切干大根 人参 糸こん 油揚げ いんげん 醤油 砂糖 みりん 梅干し ほうれん草 キャベツ 人参 味噌 ねぎ	ご飯 梨	牛乳 うす焼き せんべい＊	牛乳 黒糖 蒸しパン (手作り)
6土	中華どんぶり べったら漬け きゅうりの酢漬け 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 べったら漬け きゅうり 砂糖 醤油 酢 ごま油 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 のり巻き あられ＊	牛乳 くまサンド＊
8月	豚のハーブ焼き ツナサラダ チーズ コンソメスープ	豚肉 ハーブソルト ツナ もやし きゅうり 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう チーズ 大根 エリンギ コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 巨峰	牛乳 あまから せん＊	牛乳 しおボン せん＊
9火	唐揚げ マカロニサラダ 野菜の付け合わせ 人参の味噌汁	鶏肉 生姜 醤油 酒 片栗粉 マカロニ きゅうり 人参 塩こしょう マヨネーズ ミニトマト 人参 豆腐 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 栗しぐれ＊	天茶 フルーツ ヨーグルト (手作り)
10水	ぶりの照焼き 根菜の黒ごまサラダ 冬瓜の煮物 小松菜の味噌汁	ぶり 砂糖 醤油 みりん ごぼう れんこん 人参 きゅうり コーン マヨネーズ 醤油 塩こしょう 黒ごま 冬瓜 砂糖 醤油 酒 みりん 片栗粉 小松菜 舞茸 あおさ 味噌 ねぎ	 ご飯 オレンジ	牛乳 パフスナック＊	牛乳 ホットケーキ (手作り)
11木	雑穀ご飯 鶏の味噌ケチャップ焼 わかめの酢の物 おくらのおかか和え なすの味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 鶏肉 生姜 味噌 ケチャップ 酒 ごま油 わかめ キャベツ もやし 砂糖 醤油 酢 おくら コーン 醤油 みりん 花がっお なす 玉葱 人参 味噌 ねぎ	ご飯 梨	牛乳 二色あられ＊	ヤクルト ミレー ビスケット＊
12金	鯖の塩焼き 切干大根のサラダ 鶏レバーの甘辛煮 椎茸の味噌汁	鯖 塩 切干大根 人参 きゅうり かにかま マヨネーズ オイスターソース 塩こしょう 鶏レバー 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 椎茸 キャベツ 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 小粒揚げ＊	牛乳 揚げパン (手作り)
13土	チキンライス 玉葱のマリネ 野菜の付け合わせ 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 玉葱 ピアソーセージ 砂糖 酢 レモン果汁 オリーブ油 塩こしょう サラダ菜 ドレッシング 大根 人参 セロリ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 とうもろこし あられ＊	牛乳 フルーツ ラムネ＊
16火	豚の生姜焼き ほうれん草のサラダ 納豆 キャベツの味噌汁	豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ほうれん草 人参 コーン マヨネーズ 塩こしょう 納豆 たくあん 醤油 ごま キャベツ しめじ 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 ミックス ゼリー＊	牛乳 ミルク スティック＊

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水	夏野菜カレー コールスローサラダ ゆで卵	鶏肉 玉葱 なす パプリカ かぼちゃ おくら トマト ルウ ソース 塩こしょう キャベツ きゅうり 人参 コールスロードレッシング 塩こしょう 卵	 ご飯 オレンジ	牛乳 全粒粉 クラッカー＊	牛乳 マシュマロ アイス (手作り)
18木	あずきご飯 鯖の味噌煮 ささみサラダ ブロッコリーの梅肉和え 舞茸の味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 鯖 生姜 味噌 砂糖 醤油 酒 みりん ささみ 大根 きゅうり マヨネーズ 塩こしょう ブロッコリー 梅干し 塩 みりん 花がっお 舞茸 玉葱 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 たまご ボーロ＊	ソファール
19金	豚肉となすの 味噌ゆめ ちりめんじゃこ 中華コンスープ	豚肉 なす 玉葱 人参 ピーマン パプリカ 味噌 砂糖 醤油 酒 片栗粉 ごま油 ちりめんじゃこ 卵 クリームコーン 牛スープ 片栗粉 ねぎ	 ご飯 梨	牛乳 ねじりん棒＊	牛乳 ディアマン クッキー (手作り)
20土	ひじきご飯 キャベツのゆかり和え しば漬け じゃがいもの味噌汁	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 キャベツ ゆかり 塩 しば漬け じゃがいも 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯 巨峰	牛乳 ひじき スティック＊	牛乳 ふわふわ チップ＊
22月	焼き鳥 大根サラダ 野菜の付け合わせ わかめの味噌汁	鶏肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 大根 きゅうり かにかま マヨネーズ 塩こしょう ミニトマト わかめ キャベツ 椎茸 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 畑の クラッカー＊	牛乳 人参ケーキ (手作り)
24水	雑穀ご飯 豚の塩麴焼き なすの酢の物 高野豆腐の煮物 豆苗の味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 豚肉 塩麴 はちみつ なす 玉葱 油揚げ 砂糖 醤油 酢 高野豆腐 椎茸 砂糖 醤油 みりん 豆苗 大根 巻き麴 味噌 ねぎ	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 ポテト チップス＊	牛乳 ジャムパン (手作り)
25木	鮭のハーブ焼き パプリカサラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	鮭 ハーブソルト パプリカ もやし きゅうり 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう レタス ドレッシング 卵 玉葱 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 オレンジ	牛乳 ふわふわ チップス＊	ジョア まあるい クラッカー＊
26金	肉味噌うどん 五色なます 野菜の付け合わせ	豚肉 椎茸 白葱 たけのこ にんにく 生姜 おくら ねぎ 味噌 砂糖 酒 鶏がらスープ 塩こしょう 片栗粉 大根 きゅうり 人参 きくらげ 油揚げ 砂糖 醤油 酢 サニーレタス ドレッシング	麺 グレープ フルーツ	牛乳 胚芽 ビスケット＊	牛乳 マシュマロ おこし (手作り)
27土	ハヤシライス らっきょう ブロッコリーのハブ和え	牛肉 玉葱 人参 ルウ ケチャップ ソース 塩こしょう パセリ らっきょう ブロッコリー ハーブソルト オリーブ油	ご飯 マスカット	牛乳 えびまるせん＊	牛乳 はとむぎ おこし＊
29月	鶏の塩焼き もやしの酢の物 人参の味噌マヨ和え エリンギの味噌汁	鶏肉 塩 もやし きゅうり わかめ 砂糖 醤油 酢 人参 砂糖 味噌 マヨネーズ エリンギ キャベツ 人参 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 野菜 スティック＊	牛乳 まあるい クラッカー＊
30火	ロールパン なすのグラタン 生野菜サラダ ベイクドポテト コンソメスープ	ロールパン 豚肉 マカロニ なす 玉葱 トマト ケチャップ コンソメ 塩こしょう チーズ パン粉 レタス サニーレタス ベビーリーフ 赤玉葱 ドレッシング じゃがいも ハーブソルト 大根 おくら コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	 パン オレンジ	牛乳 根昆布 あられ＊	牛乳 お麩ラスク (手作り)



今月は、『なす博士になろう!』ということで、
なすを取り入れています。このマークが目印です。

和食:14回
洋食: 6回
中華: 3回

ご飯:21回
パン: 1回
麺類: 1回

豚肉: 9回
鶏肉: 7回
牛肉: 1回
魚類: 6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。

