

日	月 1・29	火 2・16・30	水 3・17・31	木 4・18	金 5・19	土 6・20
献立	なすとにしんの煮物 (1歳児:なすと白身魚の煮物) 豚肉のごまあえ 枝豆	コロッケ 切り干し大根の煮物 みそ汁	トマトシチュー ポテトサラダ	中華豆腐 あっさりサラダ	天の川ひやむぎ お肉のさっぱりあえ	ミートソーススパゲティ サラダ
主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ひやむぎ	スパゲティ
材料	ニシン(5・4・3・2歳児) 白身魚(1歳児)・なすび しょうゆ・砂糖 豚肉・キャベツ 人参・きゅうり ゴマ・濃口しょうゆ・砂糖 枝豆	コロッケ・サラダ油 切り干し大根・人参・油あげ こんにやく(5・4・3・2歳児) 砂糖・しょうゆ ふ・玉子・ねぎ・人参・みそ	鶏肉・玉ねぎ・人参 マッシュルーム・オクラ マカロニ・トマト缶・キャベツ ケチャップ・コンソメ・にんにく じゃがいも・きゅうり・人参 コーン・チーズ・マヨネーズ	豚肉・豆腐・ニラ・しめじ 玉ねぎ・人参 ガラスープ・にんにく キャベツ・きゅうり・人参 レタス・じゃがいも・コーン 酢・砂糖・サラダ油・塩 ゴマ油	油あげ・トマト・オクラ 鶏肉・玉子 しょうゆ・みりん キャベツ・きゅうり 牛肉・人参 ポン酢・ゴマ・ゴマ油	合いびき肉・玉ねぎ 人参・ピーマン・砂糖 トマト缶・ケチャップ・にんにく キャベツ・人参・きゅうり カニかまぼこ(5・4・3・2歳児) 青じそドレッシング
おやつ	オレンジパンケーキ・牛乳 ホットケーキミックス・玉子 サラダ油・牛乳・みかん缶	黒糖わらびもち・牛乳 (1歳児:わらびもち・牛乳) 片栗粉・黒砂糖(5・4・3・2歳児) 上白糖(1歳児)・きな粉	カップケーキ・牛乳 小麦粉・玉子・牛乳・砂糖 ベーキングパウダー	カルピスゼリー・せんべい カルピス・ゼラチン	フルーツポンチ 寒天・ジュース 上白糖・くだもの缶	ジャムサンド・牛乳 パン・ジャム
日	月 8・22	火 9・23	水 10	木 11・25	金 28	土 26
献立	親子煮 白和え	焼魚 五目煮豆 みそ汁	鶏肉のチーズ焼き 温野菜のサラダ クリームスープ	そぼろ豆腐 しめじの星あえ	夏野菜のカレー ハムサラダ	ひやしわかめうどん 納豆和え
主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	うどん
材料	鶏肉・人参・玉ねぎ 高野豆腐・エリンギ 玉子・グリーンピース しょうゆ・砂糖 焼き豆腐・ほうれん草・人参 ゴマ・しょうゆ・砂糖	鯖(さば)・塩 大豆・人参・昆布 ①こんにやく②ちくわ(①②は5・4・3・2歳児) 鶏肉(1歳児) しょうゆ・砂糖・みりん なすび・油あげ・みそ	鶏もも肉・塩・ケチャップ チーズ キャベツ・人参・きゅうり・ツナ缶 酢・サラダ油・塩・砂糖・トマト 玉ねぎ・コンソメ・コーン シチューミックス・パセリ	あいびき肉・豆腐・玉ねぎ 人参・ねぎ・エリンギ しょうゆ・砂糖 しめじ・きゅうり・オクラ かまぼこ(5・4・3・2歳児) しょうゆ・だし汁・みりん	鶏肉・なすび・コーン かぼちゃ・玉ねぎ ズッキーニ・オクラ コンソメ・カレールウ キャベツ・人参・きゅうり ハム(5・4・3・2歳児) マヨネーズ	鶏肉・油あげ ワカメ しょうゆ・みりん ほうれん草・人参 ちくわ(5・4・3・2歳児) 納豆 しょうゆ・みりん・だし汁
おやつ	おにぎり・にぼし (1歳児:ちりめんじゃこ) 米・ゆかり粉・ゴマ 海苔(5・4・3・2歳児)	ポップコーン・牛乳 とうもろこし・塩 1歳児:コーンスープ とうもろこし・玉ねぎ・牛乳	フレンチトースト・牛乳 パン 牛乳・玉子・砂糖	すいか クラッカー	とうもろこし 牛乳	大学いも・牛乳 さつまいも・砂糖・サラダ油

※12(金)はお弁当の日です

●おやつ スティックパン・牛乳

※24(水)は
おたんじょうび会です

●三色そぼろ丼

米・鶏ひき肉・しょうゆ・砂糖
玉子・もみのり・ほうれん草

●ひじきのすのもの

ひじき・人参・油あげ
きゅうり・ゴマ
しょうゆ・砂糖・酢・みりん

●すまし汁

ワカメ・豆腐
しょうゆ・みりん

●おやつ プリン・アラ・モード

※だし汁は昆布・削りぶし等
でとっています

※調味料の表記について
砂糖 ⇒ 三温糖
しょうゆ ⇒ うすくちしょうゆ
他のものは個別表記を
しています

※材料・調理等の都合により
献立の一部が変更になる
場合があります
ご了承ください