

日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ	日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ
		熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える				熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える	
1 (土)	鶏ごぼうピラフ	米 70	鶏肉 45	ごぼう 15 玉ねぎ 20 人参 6 いんげん 6	おかし 五穀ビスケット 小麦× 小魚家族に変更	17 (月)	ご飯	米 70	絹厚揚げ 35 豚挽肉 30	玉ねぎ 30 人参 10 グリーンピース 5	おかし 五穀ビスケット 小麦× 野菜家族に変更
	大根の胡麻マヨ和え	マヨネーズ 6 (卵不使用)		大根 40 胡瓜 10 コーン 6			キャベツの和え物		キャベツ 35 胡瓜 10 人参 8		
	ほうれん草のスープ			ほうれん草 18 玉ねぎ 10			わかめの味噌汁	わかめ 0.4	わかめ 1 玉ねぎ 8 グレープフルーツ 30		
3 (月)	ご飯	米 70			アジサイゼリー ぶどうジュース りんごジュース ゼラチン	18 (火)	ご飯	米 70	豚肉 55	玉ねぎ 25 人参 15 しめじ 8	ようかん こしあん、寒天
	焼肉のバーベキューソース焼き ほうれん草の炒め物		鶏肉 80 ウィンナー 8 (卵不使用)	ほうれん草 40 玉ねぎ 15 人参 10			春雨サラダ	春雨 6	鶏ささみ 8 人参 10 胡瓜 10		
	白菜のスープ			白菜 18 コーン 8			白菜のスープ		白菜 18 大根 10		
4 (火)	わかめおにぎり	米 35	わかめ 0.3		スイートポテト さつまいも、牛乳 上白糖、バター	19 (水)	ご飯	米 70			チーズいもち じゃがいも、片栗粉 チーズ
	肉うどん	うどん 120 小麦× 春雨に変更	豚肉 30	玉ねぎ 15 人参 10 ほうれん草 10			ひじきと大豆の煮物	ひじき 2 大豆 10 刻み揚げ 8	人参 10 いんげん 5		
	鶏ささみの胡麻和え		鶏ささみ 15	キャベツ 20 胡瓜 10 人参 10			豆腐のすまし汁	豆腐 20	玉ねぎ 10 バナナ 40		
5 (水)	ブルコギ丼	米 70 糸こんにゃく 10	牛肉 45	玉ねぎ 25 人参 15 ピーマン 10 赤ピーマン 8	おかし マリービスケット 小麦× 野菜家族に変更	20 (木)	中置丼	米 70	豚肉 40	玉ねぎ 25 人参 15 チンゲン菜 10 干ししいたけ 0.5 白菜 10	おかし アンパンマン ソフトせんべい 小麦× おこさませんべいに変更
	白菜のお浸し		焼きちくわ 10	白菜 40 人参 10 コーン 8			もやしと胡瓜の和え物	鶏ささみ 6	もやし 10 胡瓜 10 コーン 10		
	ほうれん草のスープ			ほうれん草 18 コーン 8			大根のスープ		大根 18 玉ねぎ 10 オレング 30		
6 (木)	ご飯	米 70			コーンマヨトースト 食パン、コーン マヨネーズ (卵不使用) 小麦× 食パンーじゃがいも に変更	21 (金)	夏野菜カレー	米 70	鶏肉 40	玉ねぎ 20 人参 8 かぼちゃ 25 なす 8 赤ピーマン 10	ブルーチェ (いちご) ブルーチェ、牛乳 小麦× ブルーチェ ーゼリーに変更
	カレーの煮つけ		カレー 60 カレー×一皿に変更	干しいたけ 0.5 キノコ 5 鶏挽肉 10			ウィンナー	ウィンナー 20 (卵不使用)			
	炒り豆腐		豆腐 40	小松菜 8 刻み揚げ 5			ブロッコリーのツナ和え	ツナ 5	ブロッコリー 40 人参 10		
7 (金)	小松菜の味噌汁			小松菜 8 刻み揚げ 5	牛乳	22 (土)	グレープフルーツ		グレープフルーツ 30		お茶
	ご飯	米 70					おかつおぶし	かつおぶし 0.5			
	豚肉と厚揚げの味噌炒め		豚肉 40 絹厚揚げ 25	玉ねぎ 20 人参 8 キャベツ 10			五目うどん	うどん 120 小麦× 春雨に変更	豚肉 30 玉ねぎ 15 人参 10 白菜 15 干ししいたけ 0.5		
8 (土)	オクラとコーンの和え物			オクラ 30 コーン 10	おかし たべっこどうぶつ 小麦× 小魚家族に変更	25 (日)	コロロサラダ	マヨネーズ 6 (卵不使用)	大根 25 人参 15 いんげん 10 コーン 10	牛乳	
	大根のすまし汁			ほうれん草 10 オレング 30			おかつおぶし				
	オレング						おかつおぶし				
9 (日)	ご飯	米 70			おかし アンパンマン ソフトせんべい 小麦× ハイハインに変更	24 (月)	ご飯	米 70	鮭 60		ポテトフライ じゃがいも、塩 揚げ油
	肉じゃが	じゃがいも 35 糸こんにゃく 10	豚肉 45	玉ねぎ 20 人参 10 グリーンピース 5			大根とちくわの煮物	焼きちくわ 8	大根 40 人参 10 グリーンピース 4		
	小松菜の和え物			小松菜 25 人参 10 白菜 25			白菜のすまし汁		白菜 18 玉ねぎ 10		
10 (月)	わかめの味噌汁		わかめ 0.4 豆腐 20		牛乳	25 (火)	ご飯	米 70			おかし ホームバイ 小麦× おこさませんべいに変更
	ご飯	米 70					麻婆豆腐	豚挽肉 40 豆腐 35	玉ねぎ 20 人参 10 干ししいたけ 0.5		
	さわらのごまだれ焼き		さわら 60 さわら×一皿に変更	刻み揚げ 8			切干大根	切干大根 3.5 人参 10 干ししいたけ 0.5 いんげん 4	焼きちくわ 8 人参 28 人参 10		
11 (火)	小松菜のすまし汁			小松菜 18 豆腐 12	牛乳	26 (水)	わかめのスープ	わかめ 0.4 コーン 10		牛乳	
	グレープフルーツ			グレープフルーツ 30			バナナ	バナナ 40			
	ロールパン	ロールパン 40 (卵不使用) 小麦× 一皿に変更					豚肉の生巻炒め	豚肉 60	玉ねぎ 30 人参 10		
12 (水)	塩レモンチキン		鶏肉 80	ブロッコリー 25 コーン 8	プリン やわらかプリンの素 (卵不使用)、牛乳 乳× プリンゼリーに変更	27 (木)	ご飯	米 70			おかし エースコイン 小麦× 小魚家族に変更
	ブロッコリーの和え物			玉ねぎ 20			胡瓜とわかめの酢の物	わかめ 0.4 胡瓜 40	わかめ 0.4 人参 18 青ねぎ 2		
	ジャーマンポテト	じゃがいも 40	ウィンナー 10 (卵不使用)	キャベツ 18 玉ねぎ 10 ヤクルト 80			もやしの味噌汁		オレング 30		
13 (木)	ヤクルト				牛乳	28 (金)	オレング				牛乳
	しょうゆラーメン	ラーメン 120 (卵不使用) 小麦× ビーフンに変更	鶏肉 30	玉ねぎ 15 人参 8 もやし 10 コーン 6			鶏そぼろおにぎり	米 70 金平風煮	人参 20 ごぼう 10 グリーンピース 5		
	キャベツのおかか和え		かつおぶし 0.5	キャベツ 35 胡瓜 10 人参 8			ほうれん草のしらす和え	しらす 10	ほうれん草 40 人参 10 大根 18 玉ねぎ 10 すいか 40		
14 (金)	さつまいもの甘煮	さつまいも 40			お茶	29 (土)	大根のすまし汁				牛乳
	バナナ			バナナ 40			すいか				
	ご飯	米 70					ミートソースパゲティ	スパゲティ 120 小麦× ビーフンに変更	合挽 (牛肉・豚肉) 40 玉ねぎ 30 人参 20 グリーンピース 8 トマト缶 10		
15 (土)	豚肉のカレー炒め	じゃがいも 25	豚肉 42	玉ねぎ 20 人参 10 キャベツ 15	高野豆腐のラスク 高野豆腐、バター 上白糖、牛乳、きな粉	28 (日)	白菜の和え物		白菜 40 ほうれん草 10 人参 8	ツナカレーおにぎり 米、カレー粉、人参 グリーンピース、ツナ	
	ほうれん草の胡麻和え		焼きちくわ 8	ほうれん草 43 人参 10			玉ねぎのスープ	玉ねぎ 18 コーン 10			
	豆腐のすまし汁		豆腐 20 わかめ 0.2	オレング 30			バナナ	バナナ 40			
16 (日)	オレング				牛乳	29 (日)	バナナ			牛乳	
	鶏5目ご飯	米 70 こんにゃく 8	鶏肉 20 刻み揚げ 8	人参 8 いんげん 5			かぼちゃの煮物	かぼちゃ 50	人参 15 干ししいたけ 1		
	ちくわの磯部揚げ	マヨネーズ 6 (卵不使用)	焼きちくわ 25	あおき 0.2			ほうれん草の味噌汁	ほうれん草 18 青ねぎ 2			
17 (月)	大根のサラダ			大根 40 胡瓜 10 コーン 10	おかし エースコイン 小麦× ハイハインに変更	29 (土)	じゃがいもの味噌汁	じゃがいも 18	玉ねぎ 10 青ねぎ 2	牛乳	
	ご飯	米 70					豆腐とひじきのつくね	鶏挽肉 30 豆腐 30	玉ねぎ 15 人参 10 ひじき 1		
	さつまいものサラダ	さつまいも 30 マヨネーズ 6 (卵不使用)		胡瓜 10 コーン 10			おこさませんべいに変更				

☆乳児は10時におやつがあります。

☆食材の価格や入荷状況、行事などにより記載の量と差が生じたり、食材や献立変更になる場合があることをご了承ください。

☆材料(食品名)の中には、調味料は記載しておりません。

