

日・曜日	献立名	材料	おやつ	日・曜日	献立名	材料	おやつ
1日(木)	肉うどん ひじきのサラダ いりこ ぶどう	うどん、牛もも肉、たまねぎ、菜の花、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん、砂糖、塩 ひじき、ごぼう、にんじん、きゅうり、水菜、コーン缶、ごま、しょうゆ、みりん、マヨネーズ いりこ(0.1歳児はちりめんじゃこ) ぶどう	牛乳 おにぎり(米、塩、のり)	17日(土) 夏季保育	マーボー丼 きゅうりのごま和え 中華スープ	米、豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、白ねぎ、みそ、砂糖、葱、しょうゆ、片栗粉 きゅうり、ごま、しょうゆ、みりん わかめ、もやし、ごま、かつお節布だし、葱、しょうゆ、ごま油	牛乳 チーズ バナナ 市販菓子
2日(金)	ごはん・オクラ納豆 さわらの塩焼き ピーマン炒め物 みそ汁 デラウエア	米、オクラ、納豆 さわら、塩 ピーマン、にんじん、たまねぎ、豚ひき肉、ごま油、しょうゆ、塩、砂糖 じゃがいも、絹ごし豆腐、油揚げ、わかめ、菜の花、かつお節布だし、米みそ デラウエア	牛乳 枝豆(0.1歳児はかぼちゃ)せんべい	19日(月)	ごはん タンドリーチキン キャベツのサラダ 和風スープ ぶどう	米 鶏もも肉、カレー粉、ヨーグルト、ケチャップ、ウスターソース キャベツ、レタス、きゅうり、にんじん、ミニトマト、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 えのき、たまねぎ、絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 ぶどう	牛乳 マジマロクラッカー(クラッカー、マジマロ)
3日(土)	中華丼 もやしのお肉物 中華スープ	米、鶏もも肉、白菜、たまねぎ、にんじん、しいたけ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん、片栗粉 もやし、豚、砂糖、塩 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、ごま油	牛乳 チーズ バナナ 市販菓子	20日(火)	ごはん 鮭の甘酢炒め ねばねばサラダ みそ汁 スイカ	米 鮭、たまねぎ、片栗粉、酢、砂糖、しょうゆ、みりん、油 鮭、オクラ、だいこん、にんじん、えのき、しょうゆ、みりん、かつお節 絹ごし豆腐、なす、わかめ、かつお節布だし、米みそ スイカ	牛乳 味噌ポテト(じゃがいも、小麦粉、油、米みそ、砂糖、みりん)
5日(月)	ごはん・手作りふりかけ 鮭の塩焼き/安心豚の炒め物(つぼみから) 豆腐とトマトのサラダ みそ汁 カップゼリー	米、かつお節、昆布、砂糖、しょうゆ、みりん、ごま 鮭、塩/安心豚、ごま油、塩 絹ごし豆腐、トマト、きゅうり、わかめ、レタス、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 えのき、じゃがいも、たまねぎ、かつお節布だし、米みそ カップゼリー	牛乳 セブツッキー(小豆粉、ベーキングパウダー)、牛乳、砂糖、サラダ油、ごま)	21日(水)	ごはん 豚肉のさっぱり煮 チンゲンサイのお肉物 みそ汁 デラウエア	米 豚ばら肉、たまねぎ、いんげん、かつお節布だし、葱、しょうゆ、砂糖、酢 チンゲンサイ、にんじん、しらす干し、ごま油、しょうゆ、みりん 絹ごし豆腐、白菜、えのき、わかめ、かつお節布だし、米みそ デラウエア	牛乳 ツナトーストサンド(食パン、ツナ缶、コーン缶、きゅうり、マヨネーズ)
6日(火)	ごはん 肉じゃが きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁 スイカ	米 牛もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、いんげん、かつお節布だし、葱、しょうゆ、砂糖、塩 きゅうり、もやし、わかめ、しらす干し、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、鶏ささぎ、大根、菜の花、かつお節布だし、米みそ スイカ	牛乳 きんぎょうもちろし(とうもろこし、しょうゆ、みりん)	22日(木)	カレーライス キャベツのサラダ ミニトマト ぶどう	米 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、なす、ズッキーニ、しめじ、カレールウ、油 キャベツ、レタス、コーン缶、りんご、レーズン、酢、砂糖、塩、油 ミニトマト ぶどう	牛乳 そうめん(そうめん、鶏のり、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん、塩)
7日(水)	ごはん ちくわと野菜の天ぷら 春雨サラダ すまし汁 デラウエア	米 ちくわ、かぼちゃ、甘栗(幼児のみ)、小豆粉、油 春雨、にんじん、きゅうり、もやし、わかめ、酢、砂糖、塩、ごま油 鶏ささぎ、小松菜、絹ごし豆腐、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 デラウエア	牛乳 いちごの煎餅(ホットケーキ粉、牛乳、ヨーグルト、いちごジャム)	23日(金)	ごはん さわらのみそ煮 きゅうりの梅肉和え とろろがんとろろ メロン	米 さわら、米みそ、葱、砂糖、しょうゆ きゅうり、もやし、梅(2歳児から)、しょうゆ、みりん とろろがんとろろ、にんじん、絹ごし豆腐、鶏ひき肉、生巻、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩	牛乳 わらび餅(わらび粉、きな粉、砂糖)
8日(木)	シャーシャー餅 枝豆 トマトの塩昆布和え 中華スープ スイカ	中華餅、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、きゅうり、干しいたけ、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん 枝豆、塩(0.1歳児はふかしもち(じゃがいも)) トマト、塩昆布 絹ごし豆腐、白菜、えのき、わかめ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩、ごま油 スイカ	牛乳 きつねおにぎり(米、油揚げ、ごま、しょうゆ、みりん、砂糖)	24日(土)	チャーハン きゅうりのサラダ 中華スープ	米、にんじん、たまねぎ、コーン缶、豚ひき肉、塩、しょうゆ、油 きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩、ごま油	牛乳 バナナ チーズ 市販菓子
9日(金)	ごはん・オクラ納豆 鮭の竜田揚げ 切り干し大根のサラダ みそ汁 メロン	米、オクラ、納豆 鮭(乳児はさわら)、葱、しょうゆ、片栗粉、油 切り干し大根、にんじん、きゅうり、キャベツ、酢、砂糖、塩、油 なすび、わかめ、たまねぎ、かつお節布だし、米みそ メロン	牛乳 みかんゼリー(みかんジュース、糖、みかん缶) ビスケット	26日(月)	ごはん・ねばねば納豆 鮭の竜田揚げ ほうれん草のごま酢和え すまし汁 デラウエア	米、納豆、ひじき、モロヘイヤ 鮭(乳児は鮭)、葱、しょうゆ、片栗粉、油 ほうれん草、にんじん、油揚げ、ごま、酢、砂糖、しょうゆ 絹ごし豆腐、わかめ、えのき、鶏ささぎ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 デラウエア	牛乳 菓子パン
10日(土) 夏季保育	そぼろ丼 きゅうりの酢物 みそ汁	米、鶏ひき肉、もやし、にんじん、かつお節布だし、葱、しょうゆ、砂糖 きゅうり、わかめ、ごま、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、えのき、鶏ささぎ、菜の花、かつお節布だし、米みそ	牛乳 市販菓子	27日(火)	ごはん パンパンジャー 野菜のナムル 春雨スープ スイカ	米 ささみ、きゅうり、ミニトマト、ごま、米みそ、酢、砂糖、しょうゆ ほうれん草、にんじん、もやし、塩、ごま油 春雨、絹ごし豆腐、大根、わかめ、えのき、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 スイカ	牛乳 パリパリピザ(餃子の皮、ケチャップ、ツナ缶、たまねぎ、コーン缶、ピザソース)
12日(月)	振り餅 お盆			28日(水)	から揚げサンド コロコロサラダ チーズ 和風スープ カップゼリー	ホットドッグパン、鶏もも肉、キャベツ、小松菜、油、しょうゆ、砂糖 じゃがいも、にんじん、きゅうり、ミニトマト、マヨネーズ チーズ たまねぎ、えのき、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 カップゼリー	牛乳 お盆生白ケーキ(小豆粉、砂糖、卵、牛乳、油、生クリーム、メロン、ぶどう)
13日(火) 夏季保育	ピザトースト ジャムトースト スティックサラダ 和風スープ バナナ	食パン、たまねぎ、ベーコン、コーン缶、ケチャップ、ピザソース、乾燥パセリ 食パン、いちごジャム にんじん、きゅうり、マヨネーズ キャベツ、えのき、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 バナナ	牛乳 市販菓子	29日(木)	ベーコンとトマトのスパゲティ かぼちゃのオープン焼き 野菜たっぷりスープ デラウエア	スパゲティ、ベーコン、トマト缶、たまねぎ、オクラ、オリーブオイル、塩、ケチャップ、コンソメ かぼちゃ、葱、塩 にんじん、キャベツ、たまねぎ、じゃがいも、エリンギ、ズッキーニ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩、コンソメ、乾燥デラウエア	牛乳 カレーラスク(食パン、バター、カレー粉、塩)
14日(水) 夏季保育	豚丼 もやしのごま酢和え みそ汁 カップゼリー	米、豚もも肉、たまねぎ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、砂糖 もやし、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、鶏ささぎ、わかめ、かつお節布だし、米みそ カップゼリー	牛乳 市販菓子	30日(金)	鮭の煮ご飯 じゃがいもの煮物 白和え すまし汁 ぶどう	米、鮭、白ごま、鶏のり、大根 じゃがいも、かつお節布だし、葱、しょうゆ、砂糖、みりん 絹ごし豆腐、ほうれん草、にんじん、糸こんにゃく、ひじき、ごま、米みそ、砂糖、しょうゆ 鶏もも肉、冬瓜、わかめ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 ぶどう	牛乳 プリッツ白玉(白玉粉、みかん缶、桃缶、バナナ) 乳児は白玉粉の代わりにビスケット
15日(木) 夏季保育	わかめうどん 小松菜のお浸し バナナ	うどん、わかめ、油揚げ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん、塩 小松菜、にんじん、しらす干し、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖 バナナ	牛乳 市販菓子	31日(土)	ピピン丼 キャベツのサラダ みそ汁	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、葱、しょうゆ、砂糖、ごま油 キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 バナナ おかし チーズ
16日(金) 夏季保育	ハヤシライス キャベツのサラダ チーズ カップゼリー	米、牛もも肉、たまねぎ、しめじ、ハヤシルウ、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 チーズ カップゼリー	牛乳 市販菓子				

※乳児クラスには毎朝牛乳が付きまます。※市販菓子はビスケット・おかし・芋けんぴ・ウエハースなどを日替わりで使用しています。
※道分補給の為、午前中にキャンディーチーズを食べます。