

日付	献立	材 料 名				午前のおやつ	午後おやつ	行事 持ち物等							
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料										
01 金	鶏肉の照焼き なすのごま和え みそ汁	油、砂糖、米	味噌、鶏もも肉、すりごま	ねぎ、なす、たまねぎ、しょうが、こまつな、かぼちゃ	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	バナナ 牛乳	豆餅 (岩塚製菓) 牛乳								
02 土	夏 ま つ り														
04 月	大豆のかき揚げ わかめの酢の物 みそ汁	油、小麦粉、砂糖、さつまいも、米	卵、油揚げ、味噌、ちくわ、だいず、◎かにかまぼこ	ねぎ、もやし、みつば、にんじん、たまねぎ、きゅうり、カットわかめ	酢、食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	低脂肪ヨーグルト (森永乳業) お茶	シスコーンBIG (日清シスコ) 牛乳	スプーン							
05 火	さけの照焼き きゅうりの甘酢和え 豆腐のみそ汁 ☆果物	砂糖、ごま油、米	油揚げ、味噌、絹ごし豆腐、ちりめんじゃこ、さけ	ねぎ、にんじん、しょうが、☆ゴールドキウイ(りんご)、きゅうり	酢、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	ひじきあられ (サンコー) 牛乳	★フルーツゼリー 牛乳	スプーン							
06 水	豚肉のみぞれ煮 オクラのおかか和え みそ汁	片栗粉、砂糖、米、油	油揚げ、味噌、豚肉、かつお節	ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが、オクラ、ほうれん草	食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	みかん缶 牛乳	★どうもろこし お茶								
07 木	三色卵焼き いんげんのごま和え なめこのみそ汁	砂糖、米	卵、味噌、豚ひき肉、ごま	みつば、にんじん、なめこ、こまつな、いんげん	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	牛乳かりんとう (サンコー) 牛乳	莓クレープ (日東ベスト) 牛乳								
08 金	鯖のみそ煮 ゆかりあえ ☆すまし汁 果物	砂糖、米	味噌、さば、☆かまぼこ	にんじん、たまねぎ、すいか、しょうが、キャベツ、カットわかめ、ゆかり	食塩、酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	サクッとあられ (ウイングフーズ) 牛乳	★ピザトースト 牛乳								
09 土	ビビンバ	油、砂糖、米	豚ひき肉、焼き豆腐、ごま	もやし、ほうれんそう、にんじん、しょうが	しょうゆ	◎おやつ お茶	◎おやつ お茶								
11 月	牛肉かぼちゃ みそ汁 ☆納豆	油、砂糖、米	味噌、牛肉、☆納豆(◎ふりかけ)	ねぎ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、いんげん	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	野菜スナック (サンコー) 牛乳	★ヨーグルト和え 野菜ジュース (グリコ)	スプーン							
12 火	豚肉のケチャップ煮 野菜スープ ◎ふりかけ	砂糖、米	豚肉	マッシュルーム、ブロッコリー、ピーマン、にんじん、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ	食塩、コンソメ、こしょう、ケチャップ、ウスターソース	ソフトせんべい (ウイングフーズ) 牛乳	◎ミレービスケット (Vコーポレーション) 牛乳								
13 水	ツナカレー ◎ミニデザート	油、じゃがいも、米	ツナ油漬缶	りんご、にんにく、にんじん、たまねぎ、コーン缶	食塩、こしょう、カレーパウダー	しょうゆおかし (ウイングフーズ) 牛乳	雪の宿 (三幸製菓) 牛乳								
14 木	14日(木)～16日(土)夏季保育(弁当・水筒持参)														
15 木													かぼちゃボーロ (ウイングフーズ)	まがりせんべい (亀田製菓)	
16 土														野菜スティック (サンコー)	白い風船 (亀田製菓)
18 月	鶏肉のレモン風味 なすとトマトのソテー レタススープ	油、片栗粉、砂糖、米	鶏もも肉、◎ベーコン ◎ウインナー	レモン果汁、レタス、にんじん、なす、トマト、たまねぎ	食塩、しょうゆ、コンソメ、こしょう、ケチャップ	KC水族館クッキー (ウイングフーズ) 牛乳	SFとけない アイスデザート(イチゴ味) (ヤヨイ食品) ◎ウエハース (ウイングフーズ) お茶	スプーン							
19 火	魚のプロバンス風 粉ふき芋 野菜スープ ◎ふりかけ	油、片栗粉、じゃがいも、米	かわい	ホールトマト缶詰、にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、あおのり	食塩、パセリ、コンソメ、こしょう、ケチャップ	KCおとうふ屋さんの 磯辺揚げ (ウイングフーズ) 牛乳	薄皮クリームパン (ヤマザキ) りんごジュース (キリンビバレッジ)								
20 水	ツナ入り卵焼き ピーマンのみそ炒め すまし汁	油、砂糖、おつゆ麩、米	卵、味噌、ツナ油漬缶	赤ピーマン、ピーマン、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しめじ	酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	きな粉ウエハース (サンコー) 牛乳	★れんこんチップ ◎ミニデザート (日東ベスト) お茶	スプーン							
21 木	チンジャオロース 春雨スープ 果物	油、片栗粉、はるさめ、米	牛肉、◎ベーコン	赤ピーマン、ピーマン、にんじん、なし、チンゲンサイ、たけのこ	中華粒、食塩、酒、しょうゆ、オイスターソース	フルーツヨーグルト お茶	二枚かきもち (北越) 牛乳								
22 金	ポークビーンズ ☆ハムサラダ 味付けのり	油、砂糖、じゃがいも、米	豚肉、赤いんげん、☆ハム、だいず	ピーマン、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、味付けのり	酢、食塩、コンソメ、こしょう、ケチャップ	元気野菜入り そふとせん (サンコー) 牛乳	★そうめん汁 お茶	フォーク							
23 土	人権同和研修(弁当・水筒持参)														
25 月	肉豆腐の煮物 白菜のごま和え なすのみそ汁	油、糸こんにゃく、砂糖、米	油揚げ、味噌、焼き豆腐、牛肉、すりごま	はくさい、ねぎ、にんじん、なす、たまねぎ	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	たまごせん (ウイングフーズ) 牛乳	★牛乳寒天 お茶	スプーン							
26 火	チキンカレー サラダ 果物	油、砂糖、じゃがいも、米	鶏もも肉、ツナ油漬缶	りんご、にんじん、デラックスパイン、たまねぎ、コーン缶、グリーンピース、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、こしょう、カレーパウダー、コンソメ	赤ちゃんせんべい (サンコー) 牛乳	シュークリーム (シャトレーゼ) 牛乳	誕生会							
27 水	豚肉とかぼちゃの カレー炒め おくらスープ ◎ふりかけ 果物	油、米	豚肉、◎ベーコン	にんじん、なし、たまねぎ、かぼちゃ、オクラ、いんげん	食塩、コンソメ、こしょう、カレー粉	KCごまだれかりんとう (ウイングフーズ) 牛乳	丸大豆せんべい (三幸製菓) ミックスジュース (キリンビバレッジ)								
28 木	天ぷら きんぴらごぼう ☆はんぺんのすまし汁	油、小麦粉、砂糖、つきこんにゃく、ごま油、米	卵、☆はんぺん、ごま、えび	にんじん、ごぼう、かぼちゃ、かいわれだいこん、いんげん、たまねぎ	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	玄米ほんせん醤油味 (ウイングフーズ) 牛乳	カステラドーナツ (菓道) ◎かわい どうぶつえんゼリー (エースペーカリー) 牛乳								
29 金	赤魚の照焼き なすといんげんのおかか和え キャベツのみそ汁 果物	米	味噌、かつお節、あかうお、油揚げ	ねぎ、にんじん、なす、しょうが、キャベツ、オレンジ、いんげん	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	ねじり棒 (サンコー) 牛乳	★フライドポテト お茶								
30 土	なすのミートソーススパゲッティ	油、スパゲッティ、小麦粉	豚ひき肉、牛ひき肉	なす、トマトピューレ、たまねぎ、ほうれん草、カットホールトマト缶	食塩、ケチャップ	◎おやつ お茶	◎おやつ お茶								

注

- 1、入荷状況により、変更となる場合、必要に応じて連絡させていただきます。(果物等)
- 2、だしとして使用した昆布・煮干しを、調理して提供することがあります。
- 3、☆印は、食物アレルギー除去対応メニューです。
- 4、★印は、手作りおやつです。
- 5、◎印は、事前に確認済みのアレルギーなし材料です。(当日、毎日確認後の使用)