

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	おやつ
1	15	水 御飯 鶏肉の味噌焼き トマトサラダ 豆腐のすまし汁	米 鶏肉、あわせ味噌、本みりん、酒、砂糖、薄口 キャベツ、にんじん、きゅうり、トマト、酢、濃口、砂糖、油 木綿豆腐、にんじん、葉ねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩、薄口、酒	りんごジュース クッキー 小麦粉、マーガリン、砂糖、ココア	牛乳 枝豆【1、2歳児はふかしいも】 枝豆、食塩【さつまいも】
2	16	木 御飯 豚肉の甘酢炒め ほうれん草のナムル はるさめスープ	米 豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、たけのこ、がら味(牛・豚肉)、 ケチャップ、酢、濃口、薄口、砂糖、食塩、片栗粉 ほうれん草、もやし、すりごま、ごま油、食塩、薄口、がら味(牛・豚肉) はるさめ、レタス、にんじん、がら味(牛・豚肉)、食塩、薄口	牛乳 とうもろこし【1歳児はポテト】 とうもろこし、食塩 【フレンチフライポテト、食塩】	牛乳 カップケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、卵、 砂糖、マーガリン
3	17	金 御飯 魚の野菜あん ブロッコリーのソテー 麩と玉ねぎのみそ汁	米 たら、油、にんじん、まいたけ、えのき、いんげん、 顆粒だし(魚)、薄口、酒、本みりん、食塩、片栗粉 ブロッコリー、にんじん、ウインナー(豚)、食塩、油、コンソメ(牛・豚肉) 焼ふ、たまねぎ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	牛乳 フレンチトースト 食パン(乳)、卵、牛乳、砂糖	牛乳 ポテト フレンチフライポテト、食塩
4	18	土 和風スパゲティ ツナサラダ トマトスープ	スパゲティ、ベーコン(豚)、たまねぎ、ピーマン、しめじ、 顆粒だし(魚)、酒、薄口、濃口、食塩、油 キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ、青じそドレ(魚・豚肉) トマト、たまねぎ、コンソメ(牛肉)、食塩、薄口	せんべい	おにぎり 米、ゆかり
6	20	月 御飯 牛肉のトマト煮 豆サラダ オニオンスープ	米 牛肉、たまねぎ、じゃがいも、ブロッコリー、油、 トマト缶、トマトジュース、ケチャップ、コンソメ(牛肉)、砂糖、食塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、ミックス豆、ごま醤油ドレ(ごま) たまねぎ、コンソメ(牛肉)、食塩、薄口	すいか	牛乳 チーズとクラッカー 鉄分カルシウム入りチーズ(乳)、クラッカー
7	21	火 御飯 豚肉のごま炒め もやしの酢の物 なすのみそ汁	米 豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、すりごま、葉ねぎ、濃口、酒、本みりん、油 緑豆もやし、きゅうり、わかめ、酢、本みりん、食塩、砂糖、薄口 なす、油揚げ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	バナナヨーグルト ヨーグルト(乳)、砂糖、バナナ 乾パン(ごま)【2～5歳児】	ももヨーグルト ヨーグルト(乳)、砂糖、もも缶
8	22	水 コーンライス チキンカツ ほうれん草の和え物 かぼちゃのみそ汁	米、コーン、食塩 鶏肉、食塩、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、お好み焼きソース(牛・豚肉、パイン)、砂糖 ほうれん草、えのき、しめじ、にんじん、顆粒だし(魚)、濃口、薄口、砂糖 かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	牛乳 粉ふきいも じゃがいも、マーガリン、パセリ粉、食塩	牛乳 みたらしいも さつまいも、砂糖、濃口、片栗粉
9	23	木 御飯 厚焼き玉子 はるさめ炒め 白菜とあげスープ	米 卵、にんじん、たまねぎ、がら味(牛・豚肉)、食塩 はるさめ、にんじん、レタス、ピーマン、豚ひき肉、砂糖、酒、薄口、濃口、あわせ味噌 はくさい、油揚げ、葉ねぎ、がら味(牛・豚肉)、食塩、薄口	宝石ゼリー 粉かんてん、りんご濃縮果汁、ぶどう濃縮果汁、 オレンジ濃縮果汁、砂糖	牛乳 ドーナツ(乳、卵)
10	24	金 御飯 魚の梅煮 きゃべつの和え物 れんこんとわかめのみそ汁	米 かれい、うめ干し、しょうが、酒、本みりん、砂糖、濃口 キャベツ、にんじん、きゅうり、いんげん、顆粒だし(魚)、濃口、砂糖 れんこん、わかめ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	牛乳 ラスク 食パン(乳)、マーガリン、砂糖	牛乳 かつおマヨトースト 食パン(乳)、マヨネーズ(卵)、かつお節
	25	土 御飯 ハンバーグ 大根サラダ 青菜スープ	米 牛ひき肉、豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、卵、パン粉、牛乳、食塩、ケチャップ キャベツ、だいこん、きゅうり、にんじん、青じそドレ(魚・豚肉) こまつな、にんじん、コンソメ(牛肉)、食塩、薄口	/	みかんゼリー 粉かんてん、砂糖、みかん缶
13	27	月 御飯 魚の塩焼き 大豆とひじき煮 きゃべつのみそ汁	米 さば、食塩 大豆、油揚げ、ひじき、にんじん、昆布だし汁、酒、砂糖、食塩、薄口、濃口 キャベツ、にんじん、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	牛乳 バナナ	フルーチェ 牛乳、フルーチェの素
14	28	火 夏野菜カレー 切り干し大根のサラダ ゼリー	米、なす、にんじん、かぼちゃ、ピーマン、トマト、鶏肉、カレールウ、ケチャップ 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ハム(豚)、ごま醤油ドレ(ごま) ももゼリー	牛乳 ポテトチップス じゃがいも、油、食塩	牛乳 きな粉マカロニ マカロニ、きな粉、砂糖、食塩
	29	水 焼きそば トマトサラダ 豆腐スープ	焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、緑豆もやし、お好み焼きソース(牛・豚肉、パイン)、ウスターソース キャベツ、きゅうり、トマト、酢、濃口、砂糖、油 木綿豆腐、にんじん、葉ねぎ、がら味(牛・豚肉)、食塩、薄口	/	牛乳 ビスケット(乳)
	30	木 御飯 魚の若狭焼き うの花 ほうれん草と麩のみそ汁	米 さけ、薄口、酒、本みりん おから、だいこん、にんじん、板こんにゃく、油揚げ、葉ねぎ、 昆布だし汁、酒、砂糖、濃口、薄口 ほうれん草、焼ふ、昆布だし汁、あわせ味噌	/	牛乳 ジャーマンポテト フレンチフライポテト、たまねぎ、にんじん ウインナー(豚)、油、コンソメ(牛肉)、食塩
	31	金 親子丼 ブロッコリーの和え物 わかめのみそ汁	米、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、鶏肉、卵、昆布だし汁、食塩、濃口、砂糖、酒、片栗粉 ブロッコリー、にんじん、しめじ、顆粒だし(魚)、濃口、薄口、砂糖 わかめ、たまねぎ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	/	牛乳 コーンマヨトースト 食パン(乳)、コーン、マヨネーズ(卵)

エネルギー:585kcal(昼食+おやつ・3～5歳児 月平均)
418 kcal(" 1・2歳児 ")
たんぱく質 :23.6g(昼食+おやつ・3～5歳児 月平均)
16.4g(" 1・2歳児 ")

○ 食材横の()は含まれるアレルギーを表示しています。
○ 給食の材料等の都合により、献立内容が変更される場合がありますが、ご了承ください。