

日	曜日	昼食 間食	食 材			その他 調味料等	
			血や肉を作るもの(赤)	熱や力となるもの(黄)	体の調子をよくするもの(緑)		
12	26	月	チキンカレー グリーンサラダ オニオンスープ 牛乳/パインゼリー	鶏肉 パ・コン 牛乳/	米,小麦粉,じゃが芋,バター 白砂糖,オリーブ油 /白砂糖	生姜,玉葱,人参,ニンニク キャベツ,胡瓜,人参 玉葱,ぶなしめじ /ハ・イアップル缶詰,粉寒天,パインジュース	中濃ソース,塩,トマトケチャップ,カレー粉,ローリエ,酢 醤油,塩,かつお節,ローリエ
13	27	火	ご飯 魚の味噌煮 塩昆布和え 清汁 牛乳/枝豆とチーズの包み揚げ	魚,みそ 塩昆布 豆腐 牛乳/枝豆,チーズ	米 三温糖 /餃子の皮,油	生姜 胡瓜,人参,もやし えのき,ほうれん草	酒,醤油 醤油,かつお節 醤油,塩,かつお節
14	28	水	鶏そぼろ丼 納豆和え みそ汁 牛乳/じゃこトースト	鶏肉,ひじき 納豆 油揚げ,みそ 牛乳/ちりめん,チーズ,海苔	米,三温糖,油 /食パン	人参,玉葱 キャベツ,おくら,もやし,人参 玉葱,なす,葉葱	醤油 醤油 かつお節 /醤油,マヨドレ,酒
15		木	🍷夏祭りメニュー🍷 焼きそば けんちん汁 りんごジュース/たこ焼き風ポテト	豚肉 鶏肉,豆腐 /青のり,チーズ	中華麺,油 麩 /じゃが芋,片栗粉,油	キャベツ,玉葱,人参 大根,人参,葱,椎茸 りんごジュース/キャベツ,葉葱	中濃ソース,ウスターソース,塩 醤油,塩,かつお節 /中濃ソース,塩,かつお節,マヨドレ
29		木	ジャージャー麺 チョレギサラダ 中華スープ 牛乳/とうもろこしおにぎり	豚肉,みそ 海苔 厚揚げ 牛乳/	中華麺,片栗粉,白砂糖,ごま油 白砂糖,ごま油,ごま /米	胡瓜,生姜,葱,人参 キャベツ,レタス,胡瓜,人参 玉葱,もやし,椎茸,にら	酒,醤油 醤油,酢 醤油,塩,かつお節 /塩
1		木	ご飯 鶏肉のごま焼き トマトサラダ みそ汁 牛乳/シュガートースト	鶏肉 厚揚げ,みそ 牛乳/	米 白砂糖,ごま 白砂糖,オリーブ油 /食パン,白砂糖,バター	キャベツ,胡瓜,ミニトマト 玉葱,なす,にら	酒,醤油 醤油,塩,酢 かつお節
2	16	金	ぶどうパン ポークソテー グラッセ キャベツスープ 牛乳/ツナおにぎり	豚肉 鶏肉 牛乳/ツナ缶,塩昆布	ぶどうパン 油 三温糖,バター /米	玉葱,ニンニク,パセリ いんげん,人参,コーン缶 キャベツ,しめじ /胡瓜	酒,醤油,トマトケチャップ 塩 醤油,塩,かつお節,ローリエ
3	17	土	焼肉丼 みそ汁 牛乳/果物/クッキー	豚肉 油揚げ,わかめ,みそ 牛乳//	米,三温糖,油 じゃがいも //クッキー	玉葱,人参,にら,ニンニク /果物/	酒,醤油 かつお節 //
5	19	月	🎂🍰🍰🍰 タコライス スープ 牛乳/お豆腐シヨコラ	豚肉,粉チーズ 牛乳/豆腐,牛乳	米,小麦粉,油 /白砂糖,バター,小麦粉	玉葱,トマト,ニンニク,ピーマン,人参,キャベツ 青菜,人参,えのき /ココア,ベーキングパウダー	ウスターソース,塩,トマトケチャップ,カレー粉 醤油,塩,かつお節
6	20	火	🍷 にらバーグ ちりめんサラダ みそ汁 牛乳/きな粉お麩ラスク	豚肉,豆腐 ちりめん みそ 牛乳/きな粉	米 白砂糖,片栗粉 白砂糖,オリーブ油 じゃがいも /麩,三温糖,バター	玉葱,椎茸,にら キャベツ,きゅうり,人参 もやし,葉葱	塩,醤油 醤油,塩,酢 かつお節
7		水	🍷七タメニュー🍷 七タそうめん とり天 かぼちーサラダ 牛乳/すいか風おにぎり	ツナ缶 鶏肉 チーズ 牛乳/鮭,わかめ	そうめん 小麦粉,片栗粉,油 白砂糖 米,ごま	おくら,人参,コーン缶 南瓜,胡瓜	醤油,塩,かつお節,昆布 塩,醤油,酒 マヨドレ,塩 塩,醤油,みりん
21		水	🎂🍰🍰🍰 しろくまライス チキンエスカベッシュ 星の子スープ 牛乳/ホイップサンド	のり佃煮 鶏肉 豆腐 牛乳/生クリーム	米 片栗粉,白砂糖,オリーブ油 /白砂糖,ココアパン	人参,玉ねぎ,ピーマン 人参,おくら,えのき,冬瓜 /みかん缶	ケチャップ 醤油,みりん,酢 醤油,塩,かつお節,ローリエ
8		木	🎂🍰🍰🍰 コーンパン キベリング コールスロー エルテンスープ 牛乳/味噌バタースパゲティ	魚 調整豆乳,豚肉,バター 牛乳/豚肉,みそ	コーンパン 片栗粉,白砂糖,油 じゃが芋,油 /スパゲティ,バター,白砂糖	キャベツ,人参,胡瓜,レタス グリーンピース,玉葱,人参 /葱	酒,ウスターソース,塩,トマトケチャップ 塩 塩,かつお節,ローリエ /醤油
9	30	金	🎂🍰🍰🍰 ピラフ マセドアンサラダ 野菜スープ 牛乳/ピザ	ウインナー ツナ缶 牛乳/チーズ,豚肉	米,油,バター じゃが芋 /小麦粉,白砂糖,オリーブ油	人参,ピーマン,コーン缶 胡瓜,人参 キャベツ,青菜,玉葱 /玉ねぎ,ピーマン	醤油,塩 塩,マヨドレ,醤油 醤油,塩,かつお節 /イースト,塩,ケチャップ,醤油
10	24	土	🎂🍰🍰🍰 ご飯 ツナじゃが みそ汁 牛乳/ヨーグルト/せんべい	ツナ缶 厚揚げ,みそ 牛乳/ヨーグルト/	米 じゃが芋,三温糖,油 //せんべい	白滝,グリーンピース,玉葱,人参 キャベツ,大根	酒,醤油,かつお節 かつお節

今月の平均エネルギー 乳児：507kcal 幼児：575kcal ※乳児は毎日10時に牛乳を70cc飲んでいきます。

○今月の使用予定果物：ぶどう・バナナ・すいか・メロン・オレンジ（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

○献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。