



※☆マークは手作りおやつです。  
※予定献立や食材は都合により変更する場合がありますが、ご了承ください。

| 日  | 曜 | 予 定 献 立                                                                                                                                  | 材 料 名                                                                                                  | 午 後 間 食                                    | 日  | 曜 | 予 定 献 立                                                                                                                  | 材 料 名                                                                                                          | 午 後 間 食                                                                  |
|----|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 土 | ごはん／ <small>ぶたにく</small> 豚肉のしょうが <small>や</small> 焼き／ <small>む</small> 蒸しかぼちゃ<br><small>む</small> 蒸しブロッコリー／ <small>ふと</small> 太きゅうりスープ   | 米・麦／豚肉・玉ねぎ・ピーマン・しょうが・サラダ油<br>かぼちゃ／ブロッコリー／太きゅうり・卵・鶏肉<br>玉ねぎ・にんじん・ねぎ                                     | <small>かし</small> お菓子                      | 17 | 月 | ごはん／ <small>さかな おい</small> 魚の美味だれ焼き<br><small>み そ いた</small> なすの味噌炒め／うどん <small>い</small> 入りかき玉汁 <small>たまじる</small>     | 米・麦／さば・りんご・しょうが・にんにく／なす<br>厚揚げ・ベーコン・にんじん・いんげん・味噌・ごま油<br>卵・うどん・にんじん・えのき・みつば・片栗粉                                 | ミレービスケット<br><small>てつしお</small> 鉄塩せんべい                                   |
| 3  | 月 | ごはん／ <small>さかな</small> 魚のゆうあん焼き<br><small>きんじそう</small> 金時草のナムル／ <small>とうにゅう みそしる</small> 豆乳の味噌汁                                       | 米・麦／さば・レモン汁／金時草・春雨・きゅうり<br>もやし・ハム・ごま油／白菜・だいこん・厚揚げ<br>にんじん・味噌・無調整豆乳                                     | いちごヨーグルト                                   | 18 | 火 | ごはん／チリコンカン／とうもろこし<br>スティックきゅうり／ <small>みそしる</small> おくらの味噌汁                                                              | 米・麦／大豆・合びき肉・マカロニ・玉ねぎ・しょうが<br>にんにく・トマトピューレ・ケチャップ・ウスターソース<br>無調整豆乳・サラダ油／とうもろこし／きゅうり<br>おくら・だいこん・にんじん・うす揚げ・えのき・味噌 | ベルギーワッフル                                                                 |
| 4  | 火 | ごはん／マーボなす<br><small>いも</small> ふかし芋／トマト／かやく汁 <small>じる</small>                                                                           | 米・麦／なす・豚ひき肉・にんじん・ピーマン・ねぎ<br>しょうが・にんにく・赤味噌・ごま油・片栗粉<br>さつま芋／トマト／うどん・鶏肉・だいこん・にんじん<br>しいたけ・ねぎ              | ☆ホットドッグ                                    | 19 | 水 | <small>なつやさい</small> 夏野菜のチキンカレー ※ <small>さいみまんじ</small> 3歳未満児：カレーシチュー<br>トマトサラダ／オレンジ                                     | 米・麦・鶏肉・じゃが芋・かぼちゃ・ズッキーニ・なす<br>玉ねぎ・にんじん・カレールー・ホワイトルー／トマト<br>レタス・きゅうり・にんにく・サラダ油／オレンジ                              | ☆ <small>みそ</small> 味噌バタートースト                                            |
| 5  | 水 | ごはん／江戸っ子煮／さつま揚げ煮<br><small>む</small> 蒸しブロッコリー／ <small>なつやさい みそしる</small> 夏野菜の味噌汁                                                         | 米・麦／大豆・牛肉・高野豆腐・竹の子・にんじん<br>糸こんにゃく・刻み昆布／さつま揚げ／ブロッコリー<br>かぼちゃ・太きゅうり・なす・うす揚げ・にんじん<br>みょうが・味噌              | ☆ <small>な</small> 菜めしおにぎり                 | 20 | 木 | ごはん／ <small>さかな</small> 魚のフライ<br>ブロッコリーの <small>しおこんが あ</small> 塩昆布和え／ <small>とんじる</small> 豚汁                            | 米・麦／かれい・パン粉・小麦粉・大豆油<br>ブロッコリー・にんじん・コーン・塩昆布／豚肉・白菜<br>だいこん・にんじん・板こんにゃく・ねぎ・味噌                                     | ヨーグルト                                                                    |
| 6  | 木 | ごはん／揚げ魚の梅ソースがけ<br><small>きりぼし</small> 切干だいこんの中華和え／レタススープ                                                                                 | 米・麦／かれい・コーンスターチ・大豆油<br>ソース(梅肉・片栗粉)／切干だいこん・キャベツ<br>きゅうり・ハム・ごま油／レタス・豚肉・もやし・玉ねぎ<br>にんじん・しいたけ・セロリ          | ☆おふラスク                                     | 21 | 金 | ごはん／ <small>まつかぜや</small> 松風焼き<br><small>きんじそう</small> 金時草サラダ／ <small>やさい</small> 野菜スープ                                  | 米・麦／鶏ひき肉・木綿豆腐・ひじき・玉ねぎ・ねぎ<br>しょうが・ごま・青のり・味噌・無調整豆乳／金時草<br>きゅうり・もやし・ツナ(味付)・サラダ油／キャベツ<br>ベーコン・玉ねぎ・にんじん・セロリ         | ☆ <small>うめ</small> 梅しそおにぎり                                              |
| 7  | 金 | <small>なつ たの</small> 夏まつりお楽しみデー (3歳以上児)<br>※3歳以上児は、お祭りで屋台巡りをするので、 <small>さいいじょうじ</small> 給食時はカレーのみを食べます。                                 | 米・麦・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・にんじん・カレールー<br>ホワイトルー／キャベツ・きゅうり・卵・ハム<br>マヨネーズ／バナナ                                       | ☆チーズクラフティ<br>※小麦粉・卵・砂糖の生地に<br>チーズを混ぜて焼いたもの | 22 | 土 | <small>や</small> 焼きそば／ <small>じる</small> なめこ汁／バナナ                                                                        | 焼きそばめん・豚肉・キャベツ・ピーマン・にんじん<br>もやし・玉ねぎ・しいたけ・ウスターソース・サラダ油<br>絹ごし豆腐・なめこ・にんじん・みつば・味噌／バナナ                             | <small>かし</small> お菓子                                                    |
|    |   | <small>さいいじょうじ</small> カレーライス ※ <small>さいみまんじ</small> 3歳未満児：カレーシチュー<br><small>たまご</small> 玉子サラダ(3歳未満児)／バナナ( <small>さいみまんじ</small> 3歳未満児) |                                                                                                        |                                            | 24 | 月 | ごはん／ <small>ぶたにく</small> 豚肉とアスパラの炒め物<br><small>いも</small> ふかし芋／トマト／ <small>みそしる</small> なすの味噌汁                           | 米・麦／豚肉・アスパラ・パプリカ・玉ねぎ・サラダ油<br>さつま芋／トマト／なす・厚揚げ・もやし・にんじん<br>みょうが・味噌                                               | ☆チーズカレーパン                                                                |
| 8  | 土 | <small>ちゅうか</small> 冷やし中華／とうもろこし／枝豆                                                                                                      | 中華めん・ハム・錦糸玉子(卵・サラダ油)・きゅうり<br>ごま油／とうもろこし／枝豆                                                             | <small>かし</small> お菓子                      | 25 | 火 | ごはん／ <small>さかな さいきょうや</small> 魚の西京焼き<br>パンサンスー／わかめスープ                                                                   | 米・麦／鮭・味噌・白味噌／春雨・きゅうり・ハム<br>錦糸玉子(卵・サラダ油)・にんじん・ごま油／わかめ<br>鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・もやし・にんじん                                  | バウムクーヘン<br>のり巻きおかき<br>(3歳以上児)                                            |
| 10 | 月 | ごはん／ <small>さかな れいせい</small> 魚の冷製ソースがけ<br>アスパラのごま和え／ <small>けんちん じる</small> けんちん汁                                                        | 米・麦／鮭・ソース(パセリ・マヨネーズ・無調整豆乳<br>レモン汁)／アスパラ・もやし・パプリカ・きゅうり<br>すりごま／鶏肉・焼き豆腐・だいこん・にんじん<br>板こんにゃく・ねぎ・味噌        | ☆コーントースト                                   | 26 | 水 | ロールパン／かぼちゃシチュー<br><small>えだまめ</small> 枝豆とひじきのサラダ／ <small>なし</small> 梨                                                    | ロールパン／豚肉・かぼちゃ・じゃが芋・玉ねぎ<br>にんじん・グリーンピース・ホワイトルー・牛乳<br>枝豆・ひじき・レタス・ハム・コーン・マヨネーズ／梨                                  | ☆ <small>や</small> けんさ焼き<br>※新潟県の郷土料理で<br>しょうが味噌の焼きおにぎり                  |
| 12 | 水 | ごはん／ハンバーグ<br><small>かと</small> 太きゅうりの酢 <small>す</small> の物／ <small>めった じる</small> めった汁                                                   | 米・麦／合びき肉・木綿豆腐・玉ねぎ・卵・パン粉<br>無調整豆乳・ソース(ケチャップ・ウスターソース)<br>太きゅうり・きゅうり・しょうが・花かつお／白菜<br>だいこん・にんじん・うす揚げ・ねぎ・味噌 | ☆ぶどうゼリー<br>揚げせんべい<br>(3歳以上児)               | 27 | 木 | ごはん／ <small>あ</small> 揚げギョーザ<br>そうめんかぼちゃの酢 <small>す</small> の物／ <small>みそしる</small> もやしの味噌汁                              | 米・麦／ギョーザの皮・豚肉・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ<br>にら・なたね油・ごま油・大豆油／そうめんかぼちゃ<br>きゅうり・花かつお／もやし・だいこん・にんじん<br>うす揚げ・えのき・味噌                | <small>うめ</small> 梅ゼリー<br><small>あまから</small> 甘辛せんべい                     |
| 13 | 木 | ロールパン／ <small>なつやさい</small> 夏野菜のハヤシシチュー<br>ツナサラダ／ <small>なし</small> 梨                                                                    | ロールパン／豚肉・じゃが芋・かぼちゃ・ズッキーニ<br>なす・玉ねぎ・にんじん・ハヤシルー／キャベツ<br>きゅうり・ツナ・ハム・マヨネーズ／梨                               | ☆ちらしおにぎり                                   | 28 | 金 | ごはん／ <small>さかな</small> 魚のごま味噌焼き<br><small>なつやさい</small> 夏野菜のトマト煮／ <small>に どうふ</small> 豆腐ときのこのすまし汁 <small>じる</small>    | 米・麦／かれい・すりごま・味噌／トマト・豚ひき肉<br>ズッキーニ・なす・マカロニ・玉ねぎ・にんにく<br>トマトピューレ・ケチャップ・サラダ油／絹ごし豆腐<br>なめこ・えのき・しめじ・にんじん・みつば         | ブルーベリータルト<br>※ <small>ぐみ む</small> さくら組：☆蒸しパン                            |
| 14 | 金 | ビビンバ／トマトと玉子 <small>たまご</small> のスープ                                                                                                      | 米・麦・合びき肉・ほうれん草・だいこん・もやし<br>にんじん・しょうが・味噌・ごま油／トマト・卵<br>レタス・玉ねぎ・にんじん                                      | ☆マカロニの<br>あべかわ                             | 29 | 土 | <small>ひ</small> 冷やしうどん／とうもろこし／ <small>えだまめ</small> 枝豆                                                                   | うどん・鶏肉・おくら／とうもろこし／枝豆                                                                                           | <small>かし</small> お菓子                                                    |
| 15 | 土 | ごはん／ <small>や ふうに</small> すき焼き風煮／ <small>とりやさいじる</small> 鶏野菜汁                                                                            | 米・麦／牛肉・焼き豆腐・高野豆腐・かまぼこ<br>にんじん・糸こんにゃく・ねぎ／鶏肉・キャベツ<br>玉ねぎ・にんじん・うす揚げ・しいたけ・ねぎ・味噌                            | <small>かし</small> お菓子                      | 31 | 月 | ごはん／ <small>きりぼし</small> 切干だいこんのチンジャオロース<br><small>む</small> 蒸しかぼちゃ／トマト／ <small>ふと</small> 太きゅうりの味噌汁 <small>みそしる</small> | 米・麦／豚肉・切干だいこん・パプリカ・ピーマン<br>しょうが・ごま油・片栗粉／かぼちゃ／トマト<br>太きゅうり・厚揚げ・にんじん・みょうが・味噌                                     | まるごと小魚<br>クラッカー※ <small>きんじそう</small> 3歳未満児：<br><small>せんべい</small> せんべい |