

日付	献立	10時おやつ 乳児のみ	3時おやつ	補食	材 料 名			
					骨や体を作る食べ物	力が出る食べ物	病気にかりにくくなる食べ物	
01 土	バターロール かぶのスープ 鶏肉の照り焼き もやしとにらの炒め物 フルーツ		フルーツゼリー せんべい 麦茶	おにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、○ ゼラチン、かつお節	ロールパン、ごま油、な たね油	○りんご濃縮果汁、もやし、にん じん、にら、たまねぎ、かぶ、え のき、コーン缶、しめじ、しょう が	エネルギー 以上児 519kcal 未満児 394kcal
03 月	御飯 みそ汁 鶏肉の梅みそ焼き ひじきの煮物 フルーツ		黒糖豆乳 くずもち 麦茶	チヂミ 麦茶	○豆乳、鶏もも肉、大豆 水煮缶、米みそ（淡色辛 みそ）、○きな粉、油揚 げ、米みそ（甘みそ）	米、○黒砂糖、○片栗 粉、砂糖、なたね油	だいこん、キャベツ、たまねぎ、 糸こんにゃく、しめじ、にんじ ん、えのき、いんげん、うめ干 し、ひじき、しょうが	
04 火	野菜うどん 鮭の香味焼き ツナきんぴら フルーツ	せんべい 麦茶	焼き豚と枝豆の ピラフ 麦茶	おでん風 麦茶	さけ、ツナ水煮缶、鶏も も肉、○焼き豚、油揚 げ、かつお節	ゆでうどん、○米、ごま 油、なたね油	ごぼう、だいこん、れんこん、た まねぎ、にんじん、もやし、○え だまめ、糸こんにゃく、○にんじ ん、赤ピーマン、○しめじ、いん げん、しょうが	お知らせ 行事等 ※7/21～ 8/末まで、夏 季メニューと なります （種類、丼の 日を除く。お かず2品にな ります） ご了承ください
05 水	御飯 みそ汁 和風ハンバーグ きのこソース 豚肉とわかめの炒め物 フルーツ	せんべい 麦茶	プチ クリームパン 牛乳	春雨スープ 麦茶	○牛乳、豚ひき肉、木綿 豆腐、米みそ（淡色辛み そ）、豚肉(もも)、○生 クリーム、油揚げ、米み そ（甘みそ）、○卵	米、○ロールパン、○グ ラニュー糖、砂糖、パン 粉、ごま油、○小麦粉、 片栗粉	もやし、たまねぎ、だいこん、生 わかめ、にんじん、えのき、エリ ンギ、しめじ、赤ピーマン、ピー マン、れんこん、ごぼう、ブロッ コリー、コーン缶、ひじき	
06 木	御飯 みそ汁 あじのトマトソース焼き おくらとハムの甘酢和え フルーツ	せんべい 麦茶	パイナップル ケーキ 牛乳	わかめごはん 麦茶	○牛乳、あじ、○卵、米 みそ（淡色辛みそ）、ハ ム、油揚げ	米、○無塩バター、○小 麦粉、○砂糖、片栗粉、 なたね油、砂糖	だいこん、キャベツ、○バイ ン缶、もやし、なす、たまねぎ、オ クラ、ホールトマト缶詰、にんじ ん、えのき、コーン缶	※業者の休み により、献立 が変更になる 場合があります。 ご了承ください。
07 金	夏野菜カレー 野菜スープ さつまいものレモン煮 いんげんのごま和え フルーツ	せんべい 麦茶	そうめん チャンプルー 麦茶	青菜ごはん 麦茶	豚ひき肉、○豚肉(も も)、ベーコン、豆乳	米、さつまいも、○干し そうめん、じゃがいも、 砂糖、○ごま油、なたね 油、○なたね油	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、 もやし、○もやし、かぶ、キャベ ツ、なす、いんげん、トマト、○ にんじん、えのき、オクラ、レモ ン果汁、コーン缶	
08 土	バターロール もやしのスープ 鮭のみそマヨ焼き 大根とツナのサラダ フルーツ		源氏ハイ 麦茶	おにぎり 麦茶	さけ、ツナ水煮缶、米み そ（甘みそ）、ベーコン	ロールパン、マヨネー ズ、砂糖	だいこん、キャベツ、きゅうり、 にんじん、もやし、コーン缶、た まねぎ、えのき、しょうが	
10 月	御飯 みそ汁 鶏肉のマヨドレ焼き きゃべつとベーコンの ソテー フルーツ		ツナマヨ クロワッサン 牛乳	鮭ごはん 麦茶	○牛乳、鶏もも肉、ベー コン、○ツナ水煮缶、米 みそ（淡色辛みそ）、油 揚げ	米、○クロワッサン、マ ヨネーズ、○マヨネー ズ、なたね油	キャベツ、もやし、たまねぎ、か ぶ、○にんじん、にんじん、に ら、赤ピーマン、しめじ、ごば う、かぶ・葉、えのき、しょうが	
12 水	御飯 みそ汁 豚肉の納豆炒め 大根と厚揚げの煮物 フルーツ	せんべい 麦茶	オートミール クッキー 牛乳	さつまいも きんぴら 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、生 揚げ、挽きわり納豆、米 みそ（淡色辛みそ）、○ 卵、油揚げ	米、○オートミール、○ 無塩バター、○小麦粉、 ○砂糖、砂糖、なたね油	だいこん、たまねぎ、なす、赤 ピーマン、にんじん、しめじ、え のき、○干しぶどう、しょうが	
13 木	御飯 みそ汁 かじきのケチャップ焼き レタスとハムのサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	オレンジフレンチ トースト 牛乳	ごふきいも 麦茶	○牛乳、かじき、米みそ （淡色辛みそ）、ハム、 油揚げ	米、○食パン、砂糖、○ 砂糖	レタス、だいこん、もやし、な す、たまねぎ、きゅうり、にんじ ん、えのき、○マーマレード、 コーン缶、にんにく、しょうが	
14 金	すこつま丼 みそ汁 しらたきと冬瓜の煮物 梅ジャムサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	もちもち チーズパン 牛乳	きのこ汁 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、米 みそ（淡色辛みそ）、○ 粉チーズ、ツナ水煮缶、 油揚げ	米、○白玉粉、○ホッ トケーキ粉、ごま油、砂 糖、なたね油	もやし、キャベツ、とうがん、に んじん、だいこん、しらたき、た まねぎ、きゅうり、しめじ、赤 ピーマン、えのき、にら、ごま コーン缶、いんげん、梅ジャム、 にんにく、しょうが	
15 土	バターロール かぶのスープ 鶏肉の照り焼き もやしとにらの炒め物 フルーツ		フルーツゼリー せんべい 麦茶	おにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、○ ゼラチン、かつお節	ロールパン、ごま油、な たね油	○りんご濃縮果汁、もやし、にん じん、にら、たまねぎ、かぶ、え のき、コーン缶、しめじ、しょう が	
17 月	御飯 みそ汁 鶏肉の梅みそ焼き ひじきの煮物 フルーツ		黒糖豆乳 くずもち 麦茶	チヂミ 麦茶	○豆乳、鶏もも肉、大豆 水煮缶、米みそ（淡色辛 みそ）、○きな粉、油揚 げ、米みそ（甘みそ）	米、○黒砂糖、○片栗 粉、砂糖、なたね油	だいこん、キャベツ、たまねぎ、 糸こんにゃく、しめじ、にんじ ん、えのき、いんげん、うめ干 し、ひじき、しょうが	
18 火	野菜うどん 鮭の香味焼き ツナきんぴら フルーツ	せんべい 麦茶	焼き豚と枝豆の ピラフ 麦茶	おでん風 麦茶	さけ、ツナ水煮缶、鶏も も肉、○焼き豚、油揚 げ、かつお節	ゆでうどん、○米、ごま 油、なたね油	ごぼう、だいこん、れんこん、た まねぎ、にんじん、もやし、○え だまめ、糸こんにゃく、○にんじ ん、赤ピーマン、○しめじ、いん げん、しょうが	
19 水	御飯 みそ汁 和風ハンバーグ きのこソース 豚肉とわかめの炒め物 フルーツ	せんべい 麦茶	プチ クリームパン 牛乳	春雨スープ 麦茶	○牛乳、豚ひき肉、木綿 豆腐、米みそ（淡色辛み そ）、豚肉(もも)、○生 クリーム、油揚げ、米み そ（甘みそ）、○卵	米、○ロールパン、○グ ラニュー糖、砂糖、パン 粉、ごま油、○小麦粉、 片栗粉	もやし、たまねぎ、だいこん、生 わかめ、にんじん、えのき、エリ ンギ、しめじ、赤ピーマン、ピー マン、れんこん、ごぼう、ブロッ コリー、コーン缶、ひじき	
20 木	御飯 みそ汁 あじのトマトソース焼き おくらとハムの甘酢和え フルーツ	せんべい 麦茶	パイナップル ケーキ 牛乳	わかめごはん 麦茶	○牛乳、あじ、○卵、米 みそ（淡色辛みそ）、ハ ム、油揚げ	米、○無塩バター、○小 麦粉、○砂糖、片栗粉、 なたね油、砂糖	だいこん、キャベツ、○バイ ン缶、もやし、なす、たまねぎ、オ クラ、ホールトマト缶詰、にんじ ん、えのき、コーン缶	
21 金	夏野菜カレー 野菜スープ さつまいものレモン煮 いんげんのごま和え フルーツ	せんべい 麦茶	そうめん チャンプルー 麦茶	青菜ごはん 麦茶	豚ひき肉、○豚肉(も も)、ベーコン、豆乳	米、さつまいも、○干し そうめん、じゃがいも、 砂糖、○ごま油、なたね 油、○なたね油	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、 もやし、○もやし、かぶ、キャベ ツ、なす、いんげん、トマト、○ にんじん、えのきだけ、オクラ、 レモン果汁、コーン缶、	
22 土	バターロール もやしのスープ 鮭のみそマヨ焼き 大根とツナのサラダ フルーツ		源氏ハイ 麦茶	おにぎり 麦茶	さけ、ツナ水煮缶、米み そ（甘みそ）、ベーコン	ロールパン、マヨネー ズ、砂糖	だいこん、キャベツ、きゅうり、 にんじん、もやし、コーン缶、た まねぎ、えのき、しょうが	

日付	献立	10時おやつ 乳児のみ	3時おやつ	補食	材 料 名		
					骨や体を作る食べ物	力が出る食べ物	病気にかりにくくなる食べ物
24月	御飯 みそ汁 鶏肉のマヨドレ焼き きやべつとベーコンのソテー フルーツ	せんべい 麦茶	ツナマヨ クロワッサン 牛乳	鮭ごはん 麦茶	○牛乳、鶏もも肉、ベーコン、○ツナ水煮缶、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ	米、○クロワッサン、マヨネーズ、○マヨネーズ、なたね油	キャベツ、もやし、たまねぎ、かぶ、○にんじん、にんじん、にら、赤ピーマン、しめじ、ごぼう、かぶ・葉、えのき、しょうが
25火	和風ポロネーゼ 野菜スープ さばの照り焼き 野菜のりんごドレッシング和え フルーツ	せんべい 麦茶	鶏そぼろとしょうがの炊き込みご飯 麦茶	野菜スープ 麦茶	さば、豚ひき肉、○鶏ひき肉、米みそ（甘みそ）、ツナ水煮缶、ベーコン	マカロニ・スパゲティ、○米、砂糖、なたね油、片栗粉	もやし、たまねぎ、ほうれんそう、キャベツ、トマト缶詰、かぶ、にんじん、○にんじん、にら、○しめじ、赤ピーマン、ピーマン、えのき、コーン缶、○いんげん、りんご、○しょうが
26水	御飯 みそ汁 豚肉の納豆炒め 大根と厚揚げの煮物 フルーツ	せんべい 麦茶	オートミール クッキー 牛乳	さつまいも きんぴら 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、生揚げ、挽きわり納豆、米みそ（淡色辛みそ）、○卵、油揚げ	米、○オートミール、○無塩バター、○小麦粉、○砂糖、砂糖、なたね油	もやし、キャベツ、とうもろこし、ピーマン、にんじん、しめじ、えのき、○干しひょうどう、しょうが
27木	御飯 みそ汁 かじきのケチャップ焼き レタスとハムのサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	オレンジフレンチトースト 牛乳	ごぶきいも 麦茶	○牛乳、かじき、米みそ（淡色辛みそ）、ハム、油揚げ	米、○食パン、砂糖、○砂糖	レタス、だいこん、もやし、なす、たまねぎ、きゅうり、にんじん、えのき、○マーマレード、コーン缶、にんにく、しょうが
28金	すごうま丼 みそ汁 しらたきと冬瓜の煮物 梅ジャムサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	もちもち チーズパン 牛乳	きのこ汁 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、米みそ（淡色辛みそ）、○粉チーズ、ツナ水煮缶、油揚げ	米、○白玉粉、○ホットケーキ粉、ごま油、砂糖、なたね油	もやし、キャベツ、とうがん、にんじん、だいこん、しらたき、たまねぎ、きゅうり、しめじ、赤ピーマン、えのき、にら、ごま、コーン缶、いんげん、梅ジャム、にんにく、しょうが
29土	バターロール かぶのスープ 鶏肉の照り焼き もやしとにらの炒め物 フルーツ		フルーツゼリー せんべい 麦茶	おにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、○ゼラチン、かつお節	ロールパン、ごま油、なたね油	○りんご濃縮果汁、もやし、にんじん、にら、たまねぎ、かぶ、えのきだけ、コーン缶、しめじ、しょうが
31月	御飯 みそ汁 鶏肉の梅みそ焼き ひじきの煮物 フルーツ	せんべい 麦茶	黒糖豆乳 くずもち 麦茶	チヂミ 麦茶	○豆乳、鶏もも肉、大豆水煮缶、米みそ（淡色辛みそ）、○きな粉、油揚げ、米みそ（甘みそ）	米、○黒砂糖、○片栗粉、砂糖、なたね油	だいこん、キャベツ、たまねぎ、糸こんにゃく、しめじ、にんじん、えのき、いんげん、うめ干し、ひじき、しょうが