



月	火	水	木	金	土
			1	2	3
		(午前おやつ) (献立)	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース
アレルギーの子については代替食で対応しています。 例. 卵→タンパク質を含む肉や魚など 種類→春雨やビーフンなどの類似品	 ひよこ・ちゅうりっぷたんぼぼ組は午前のおやつにジュースが出ます。	(主な食材)	ししゃもの天ぷら 磯辺揚げ もやしソテー ほうれん草の味噌汁 フルーツ	ハンバーグ トマト 短冊サラダ そうめん入りおすまし フルーツ	味噌ナス丼 小松菜のおかか和え ワンタンスープ フルーツ
		(午後おやつ)	ホットケーキ 牛乳	七夕ゼリー 牛乳	チキンサンド 牛乳
5	6	7	8	9	10
野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	
トマトクリームパスタ もやしの塩炒め 白菜の味噌汁 フルーツ	豚肉のマヨ醤油焼き 千切りキャベツ 夕顔の炒め物 かぶの味噌汁 フルーツ	鶏肉と根菜の甘酢あん わかめとオクラのサラダ 板心の味噌汁 フルーツ	マーボー豆腐 じゃがいものガーリック炒め わかめスープ フルーツ	ホッケの塩焼き ほうれん草の納豆和え もやしのナポリタン キャベツの味噌汁 フルーツ	パン りんごジュース バナナ
ツナ 玉ねぎ しめじ もやし ベーコン ピーマン 人参 白菜 油揚げ 豆腐	豚肉 キャベツ トマト 夕顔 人参 さつまいも かぶ 豆腐 わかめ	鶏肉 人参 レンコン かぼちゃ わかめ オクラ きゅうり カニカマ 板心 豆腐 わかめ	ひき肉 豆腐 人参 玉ねぎ じゃがいも ベーコン アスパラ わかめ なたと 卵	ホッケ ほうれん草 納豆 もやし ベーコン ピーマン キャベツ 豆腐 油揚げ	
原宿ドッグ 牛乳	おいなり 牛乳	パン 牛乳	プリン 牛乳	ロールケーキ 牛乳	
12	13	14	15	16	17
りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース
そうめん きのこのクリーム煮 しそ昆布 フルーツ	赤魚の煮付け ブロッコリー じゃがいものカレーそぼろ煮 モロヘイヤの味噌汁 フルーツ	炒り鶏 ちくわときゅうりのサバ缶和え じゃがいもの味噌汁 フルーツ	ダコライス いかのリングフライ 豚肉と豆腐の磯辺巻き サラダ 漬け物 すまし汁 フルーツ	エビマヨ マーボー春雨 チンゲン菜の味噌汁 フルーツ	かぼちゃシチュー カニカマの酢の物 チーズ フルーツ
鶏肉 かまぼこ ほうれん草 麩 しめじ エリンギ しいたけ ブロッコリー	赤魚 ブロッコリー じゃがいも ひき肉 ピーマン 人参 モロヘイヤ 豆腐	鶏肉 レンコン 人参 しいたけ ちくわ きゅうり サバ缶 じゃがいも 玉ねぎ 豆腐	ひき肉 レタス トマト チーズ いか 豚肉 豆腐 きゅうり ブロッコリー 大根 三つ葉 ふ	エビ 玉ねぎ パプリカ レタス 春雨 ひき肉 たけのこ チンゲン菜 油揚げ 豆腐	かぼちゃ 鶏肉 玉ねぎ 人参 カニカマ きゅうり キャベツ もやし チーズ
クッキー 牛乳	ちぢみ 牛乳	パン 牛乳	ケーキ 牛乳	きな粉トースト 牛乳	豆乳冷製スープ スポロン
19	20	21	22	23	24
りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース			りんごジュース
冷しゃぶ かぼちゃのマヨネーズ焼き えのきの味噌汁 フルーツ	おにぎり 焼きそば フランクフルト フライドポテト サラダ 漬物 トマト フルーツ	さばの甘酢あん きゅうりの梅和え おぐらの味噌汁 フルーツ	海の日	スポーツの日	中華丼 小松菜のツナ和え しいたけの味噌汁 フルーツ
豚肉 レタス きゅうり かぼちゃ 玉ねぎ えのき わかめ 豆腐	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 フランクフルト じゃがいも マカロニ サラダ菜 きゅうり	さば 人参 玉ねぎ ピーマン きゅうり もやし 梅干し おくら 卵			シーフード 白菜 なたと 小松菜 ツナ もやし 人参 しいたけ 豆腐 わかめ
ビスケット 牛乳	パフェ 牛乳	パン 牛乳			アイス 野菜ジュース
26	27	28	29	30	31
野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	牛乳	野菜ジュース	ぶどうジュース
冷やし中華 なすとひき肉のカレー炒め 小女子の佃煮 フルーツ	豆腐ステーキ じゃがいもと鶏肉のチーズ炒め 卵スープ フルーツ	うなぎの卵炒め 大根のそぼろ煮 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	豚肉の甘だれがけ えびとアスパラの炒り卵 さもだし汁 フルーツ	からあげのネギソースがけ ほうれん草の卵とじ さつまいもの味噌汁 フルーツ	夏野菜カレー カニカマサラダ チーズ フルーツ
ハム きゅうり 卵 カニカマ なす ひき肉 玉ねぎ ピーマン 小女子の佃煮	豆腐 大根 しめじ しいたけ じゃがいも 鶏肉 卵 えのき わかめ	うなぎ 卵 ニラ しめじ 人参 大根 ひき肉 玉ねぎ しいたけ 豆腐	豚肉 サンチュ トマト えび アスパラ 卵 玉ねぎ さもだし 豆腐 わかめ	レバー ねぎ しめじ 人参 ほうれん草 卵 ベーコン さつまいも わかめ 豆腐	豚肉 パプリカ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カニカマ レタス きゅうり ブロッコリー
クラッカーサンド 牛乳	フルーツかん 牛乳	パン 牛乳	ヨーグルト ジュース	マヨコーントースト 牛乳	ミルクレープ 牛乳