



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
	(午前おやつ) (献立)	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
		ししゃもの天ぷら 磯辺揚げ もやしのカレー風味 ねぎとわかめの味噌汁 フルーツ	豚肉の塩麹炒め 小松菜のおかか和え 油揚げの味噌汁 フルーツ	おろしそば マカロニサラダ しそ昆布 フルーツ	手羽先の塩焼き トマト ほうれん草の和え物 ふのりの味噌汁 フルーツ
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 ちくわ 人参 もやし ベーコン ピーマン ねぎ わかめ 豆腐	豚肉 ふき パプリカ 小松菜 しめじ きゅうり 油揚げ 大根 豆腐	鶏肉 大根 ねぎ きゅうり ハム 人参 しそ昆布	手羽先 トマト 人参 ほうれん草 しらす干し ふのり ねぎ 豆腐
	(午後おやつ)	おせんべい 牛乳	パン 牛乳	バナナケーキ 牛乳	とと焼き カルピス
6	7	8	9	10	11
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	りんごジュース
味噌ナス丼 ピーマンの炒め物 わかめスープ フルーツ	コロッケ トマト 短冊サラダ そうめん入りおすまし フルーツ	ポトフ きゅうりのたらこ和え 豆乳の味噌汁 フルーツ	ボークチャップ カニと大根のサラダ もやしの味噌汁 フルーツ	ジャージャー麺 きのこのソテー ほうれん草の味噌汁 フルーツ	ホッケの塩焼き ブロッコリー もやしのカルボナーラ 麩としめじの味噌汁 フルーツ
豚肉 なす 玉ねぎ ピーマン エリンギ 人参 わかめ なると 卵	じゃがいも 玉ねぎ 人参 はんぺん きゅうり そうめん ねぎ ふ	ウインナー キャベツ 人参 きゅうり たらこ しめじ 豆腐 かぶ	豚肉 玉ねぎ 人参 カニ 大根 きゅうり もやし 油揚げ 豆腐	ひき肉 たけのこ ねぎ しめじ エリンギ ベーコン ほうれん草 豆腐 油揚げ	ホッケ ブロッコリー もやし 人参 ピーマン 麩 しめじ 豆腐
スコーン 牛乳	ゼリー 牛乳	パン 牛乳	蒸しケーキ 牛乳	ジャムマーガリンサンド 牛乳	ミルクレープ 牛乳
13	14	15	16	17	18
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	りんごジュース
ハヤシライス しらす炒め チーズ フルーツ	うなぎの卵炒め ポテトサラダ 高野豆腐の味噌汁 フルーツ	マーボー豆腐 レンコンのごまマヨ和え 春雨スープ フルーツ	シーフードピラフ 肉巻きフライ グラタン サラダ 漬物 すまし汁 フルーツ	ミートスパゲティ キャベツのソテー 豆腐の味噌汁 フルーツ	鶏肉の梅焼き トマト タラモサラダ 切干大根の味噌汁 フルーツ
豚肉 じゃがいも 人参 しらす干し はんぺん キャベツ チーズ	うなぎ 卵 人参 玉ねぎ じゃがいも きゅうり ハム 高野豆腐 ほうれん草	ひき肉 玉ねぎ 豆腐 レンコン ごぼう 人参 春雨 しいたけ ねぎ	シーフード 豚肉 大葉 玉ねぎ ベーコン レタス きゅうり 長芋 しいたけ	ひき肉 しいたけ 人参 キャベツ ベーコン コーン 豆腐 わかめ 油揚げ	鶏肉 トマト たらこ じゃがいも きゅうり 人参 切干大根 豆腐 ねぎ
ホットケーキ 牛乳	たこ焼き 牛乳	パン 牛乳	ケーキ 牛乳	ピロシキ 牛乳	アイス スポロン
20	21	22	23	24	25
	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
海の日	親子丼 ベーコン長芋ソテー わかめの味噌汁 フルーツ	チキンカツ 千切キャベツ トマトのじゃこ和え かぶの味噌汁 フルーツ	さばの味噌煮 ほうれん草の納豆和え ごぼうサラダ しじみ汁 フルーツ	そうめん もやしと卵の甘酢炒め 佃煮 フルーツ	豚肉の生姜焼き 千切キャベツ ほうれん草のソテー とろろ汁 フルーツ
	鶏肉 玉ねぎ しいたけ 卵 ベーコン 長芋 わかめ 豆腐 油揚げ	鶏肉 キャベツ トマト しらす干し きゅうり 人参 かぶ 豆腐 わかめ	さば ほうれん草 納豆 ごぼう きゅうり 人参 しじみ 大葉	鶏肉 かまぼこ 麩 もやし 卵 しめじ 人参 佃煮	豚肉 キャベツ 人参 ほうれん草 ベーコン コーン とろろ昆布 じゃがいも
	バナナパイ 牛乳	肉巻きおにぎり 牛乳	パン 牛乳	カステラ 牛乳	ビスケット 牛乳
27	28	29	30	31	
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	
夏野菜カレー きゅうりの酢の物 チーズ フルーツ	肉だんご みかんサラダ 長いもの味噌汁 フルーツ	赤魚の味噌マヨ焼き ほうれん草のごま和え 焼きビーフン 卵スープ フルーツ	揚げだし豆腐 切干大根のサラダ わかめのかきたま汁 フルーツ	サラダうどん いかと大根の煮物 煮豆 フルーツ	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
豚肉 かぼちゃ パプリカ きゅうり キャベツ 人参 もやし チーズ	ひき肉 玉ねぎ みかん きゅうり 春雨 レタス 長芋 豆腐 キャベツ	赤魚 ほうれん草 油揚げ えび キャベツ 人参 卵 えのき わかめ	豆腐 ひき肉 えのき 切干大根 ツナ 人参 わかめ 卵 三つ葉	ささみ きゅうり レタス いか 大根 人参 煮豆	
きな粉トースト 牛乳	パフェ 牛乳	パン 牛乳	ヨーグルト ジュース	フライドポテト 牛乳	