

日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
1 15 (土)	牛乳 甘夏みかん	中華丼 味噌汁	米,豚肉,はくさい,人参,干しいたけ,たまねぎ,ブイヨン,片栗粉等 / 大根,人参,葉ねぎ,さば節,味噌等	牛乳 アップルパン みかんゼリー
3 17 (月)	牛乳 せんべい	ごはん ケチャップ炒め 野菜スープ	フランクフルト,豚肉,たまねぎ,人参,ピーマン,シェルマカロニ,トマトケチャップ等 / 小松菜,えのきたけ,人参,ブイヨン等	牛乳 サウスオレンジ クラッカー
4 18 (火)	牛乳 りんご	ごはん ささみの天ぷら 煮浸し 味噌汁	ささ身,小麦粉,片栗粉,ゆかり等 / ほうれん草,人参等 / さつまいも,たまねぎ,糸みつば,さば節,味噌等	牛乳 ラスク
5 19 (水)	牛乳 おかき	ごはん 豚肉の生姜焼き 味噌汁	豚肉,人参,ピーマン,たまねぎ,キャベツ等 / 緑豆もやし,油揚げ,にら,さば節,味噌等	(5日19日)牛乳,ビスケット (5日)サウスオレンジ (19日)桃:赤・柿・桃 すもも:黄・青・白
6 20 (木)	牛乳 デラウェア	ごはん かぼちゃの旨煮 切干大根の味噌汁	西洋かぼちゃ,鶏肉,人参,たまねぎ,こんにゃく,グリーンピース(冷),さば節等 / 切干し大根,人参,乾燥わかめ,さば節,味噌等	牛乳 ひじきごはん
7 21 (金)	牛乳 甘夏みかん	のりごはん 焼き魚 酢炒め 味噌汁	米,焼きのり / さわら等 / きゅうり,大根等 / キャベツ,たまねぎ,葉ねぎ,さば節,味噌等	(7日)牛乳,五平餅 (7日)おやつ昆布 (21日)牛乳,水無月 (21日)おやつ昆布
8 22 (土)	牛乳 おかき	炊き込みごはん 味噌汁 サウスオレンジ	米,鶏肉,人参,こんにゃく,しめじ,油揚げ,さば節等 / さつまいも,たまねぎ,ほうれん草,さば節,味噌等 / サウスオレンジ	牛乳 パインパン いりこ
10 (月)	牛乳 トマト	カレーライス アスパラの煮びたし	米,牛肉,じゃがいも,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),たまねぎ,にんにく,しょうがカレー粉,ブイヨン,トマトケチャップ,ウスターソース,しょうゆ,チャツネ,上新粉等 / グリーンアスパラ,キャベツ等	牛乳 かりんとう
11 25 (火)	牛乳 りんご	ごはん 南蛮焼き じゃがいもきんぴら 味噌汁	カラスガレイ等 / じゃがいも,人参,さやいんげん等 / 茄子,たまねぎ,油揚げ,葉ねぎ,さば節,味噌等	牛乳 いもパン おやつ昆布
12 26 (水)	牛乳 おかき	ピビンパ 野菜スープ サウスオレンジ	米,牛肉,にら,切干し大根,人参,緑豆もやし,ほうれん草等 / レタス,たまねぎ,人参,ブイヨン等 / サウスオレンジ	牛乳 りんごゼリー ビスケット
14 (金)	牛乳 せんべい	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁 サウスオレンジ	鶏肉,じゃがいも,人参,たまねぎ,グリーンピース(冷),さば節等 / ほうれん草,豆腐,えのきたけ,さば節等 / サウスオレンジ	コーンフレークの 牛乳かけ おやつ昆布
24 (月)	牛乳 甘夏みかん	ごはん 麻婆豆腐 炒めサラダ	絹豆腐(冷),豚ひき肉,たまねぎ,人参,葉ねぎ,ブイヨン,赤味噌,片栗粉等 / キャベツ,はるさめ,きゅうり,ボンレスハム等	牛乳 かりんとう
27 (木)	牛乳 せんべい	カレーライス おかか煮	米 / 牛肉,じゃがいも,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),たまねぎ,にんにく,しょうが,カレー粉,ブイヨン,トマトケチャップ,ウスターソース,チャツネ,上新粉等 / 小松菜,切干し大根,花かつお等	牛乳 わかめごはん
28 (金)	牛乳 せんべい	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁 甘夏みかん(缶)	鶏肉,じゃがいも,人参,たまねぎ,グリーンピース(冷),さば節等 / ほうれん草,豆腐,えのきたけ,さば節等 / 甘夏みかん(缶)	コーンフレークの 牛乳かけ おやつ昆布
29 (土)	牛乳 おかき	牛丼 味噌汁 みかん(缶)	米,牛肉,たまねぎ,人参,しらたき,さば節,ほうれん草等 / 油揚げ,じゃがいも,乾燥わかめ,さば節,味噌等 / みかん(缶)	牛乳 ミニゼリー おかき
誕生会 13 (木)	牛乳 せんべい	ふりかけごはん 魚のフライ,ソース,茹野菜 味噌汁 甘夏みかん	米,ふりかけ / さけ,小麦粉,パン粉等 / ウスターソース,トマトケチャップ / キャベツ,きゅうり,コーン(冷)等 / じゃがいも,たまねぎ,乾燥わかめ,さば節,味噌等 / 甘夏みかん	牛乳 にんじん蒸しパン

月平均栄養価(3歳以上児) エネルギー 610kcal たんぱく質 21.8g 脂質 15.5g
 月平均栄養価(3歳未満児) エネルギー 526kcal たんぱく質 19.5g 脂質 14.3g

○献立は諸事情により、変更することがあります。