



ひ に ち	よ う び	しゅ し ょ く	お か ず	さん し ょ く ぶ ん る い			10じ お や つ	3じ お や つ
				ち や に く に な る	ね つ や ち ら に な る	ち ょう し ょ と の え る		
1	土	ごはん	ローストチキン だいこんサラダ チンゲンサイのたまごスープ むぎちや	とりにく ハム たまご	こめ さとう ごま	にんじん きゅうり だいこん チンゲンサイ	えびせん ぎゅうにゅう	ビスケット ぎゅうにゅう
3	月	ごはん	ぶたにくとなすのみそいため とうふのマヨサラダ とうがんスープ メロン むぎちや	ぶたにく みそ とう ふ かつおぶし とり にく	こめ ごまあぶら さ とう マヨネーズ か たくりこ	にんじん たまねぎ なす きゅうり しい たけ とうがん	クッキー ぎゅうにゅう	じゃがいもの カリカリチーズやき ぎゅうにゅう
4	火	ナン	なつやさいかレー シーフードサラダ オレソジ むぎちや	ぶたにく えび きゅ うにゅう	ナン じゃがいも サ ラダあぶら さとう	にんじん たまねぎ さやいんげん ピーマ ン ミニトマト なす	すいか むぎちや	スイートパンプキン むぎちや
5	水	ひじきごはん	ぶたにくのさっぱりに アスパラのごまあえ こまつなとえのきのわふうスープ パニラアイス(乳児…ヨーグルト) ジュース	あぶらあげ ぶたにく とうふ	こめ さとう ごま アイスクリーム	にんじん ひじき に んにく しょうが ア スパラガス	きなこせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	パンラスク むぎちや
6	木	あなかかけやきそば	かたぬきチーズ わかめサラダ とうにゅう	ぶたにく えび ハム とうにゅう	ちゅうかめん サラダ あぶら かたくりこ ごま	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし はくさい	クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう	ツナとこまつなのおにぎり むぎちや
7	金	ごはん (とりそば)	しろみざかなのなんばんづけ キャベツのゆかりあえ おほしさまスープ すいか むぎちや	とりにく かじき は んぺん	こめ さとう かたく りこ サラダあぶら	にんじん たまねぎ けいマン きゅうり キャベツ えのきだけ	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	こめこの ワインナーコーンパンケーキ ぎゅうにゅう
8	土	ごはん	れいしやぶ やきチーズかぼちや しめじとウィンナーのスープ むぎちや	ぶたにく こなチーズ ウィンナー	こめ ごま さとう	にんじん きゅうり もやし キャベツ か ぼちや たまねぎ	サブレ ぎゅうにゅう	クラッカー ぎゅうにゅう
10	月	ミルクパン	チキンのトマトに いんげんとコーンのソテー はくさいとハムのスープ むぎちや	とりにく こなチーズ ベーコン ハム	ミルクパン オリブ オイル さとう パ ター	にんにく トマト たまねぎ ピーマン にんじん コーン	あまからせんべい (1才児…ボンゼン) ぎゅうにゅう	ピーチミルクプリン むぎちや
11	火	バイキング給食 ごはん ちゅうかふうおこわ	しろみざかなのねぎソースがけ ホイコーロー ばんざんすい えだまめ わかめスープ ゼリー ジュース2しゆるい	ぶたにく かじき ハ ム	こめ もちごめ さと う かたくりこ ごま	にんじん ほししいた け ながねぎ にんじ んく ピーマン	ビスケット ぎゅうにゅう	メロン のりせんべい (1才児…やわらかせんべい) むぎちや
12	水	うめなめし	まつかぜやき ちくせんに おすいもの むぎちや	とりにく きゅうにゅう たまご みそ ち くわ	こめ はんこ さとう ごま こんにやく	たまねぎ ながねぎ にんじん だいこん ごぼう れんこん	しおせんべい (1才児…えびせんべい) ぎゅうにゅう	さくらえびのおこみやき ぎゅうにゅう
13	木	ひやしたぬきうどん	シウマイ のりサラダ パイナップル むぎちや	なると ハム たまご ぶたにく きゅうにゅう	うどん ごま さとう	きゅうり もやし に んじん えのきだけ ほうれんそう	パイ ぎゅうにゅう	いなりずし むぎちや
14	金	ごはん	マーボーなす やきビーフン きゅうりのつけもの パナナ むぎちや	ぶたにく みそ とう ふ	こめ サラダあぶら かたくりこ ビーフン さとう	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ほししいたけ	しおせんべい (1才児…こませんべい) ぎゅうにゅう	ホットケーキ ぎゅうにゅう
15	土	ごはん	さけのタンドリーやき はくさいのコールスローサラダ ポトフ むぎちや	ヨーグルト さけ ハ ム ウィンナー	こめ さとう マヨ ネーズ	にんにく にんじん きゅうり はくさい コーン たまねぎ	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	ビスケット ぎゅうにゅう
18	火	ネパネパそうめん	やさしいため とうもろこし キウイフルーツ むぎちや	なつとう ぶたにく きゅうにゅう	そうめん ごま サラ ダあぶら	にんじん オクラ や きのり たまねぎ も やし ピーマン	クリームサンドクラッカー ぎゅうにゅう	ゆかりおにぎり むぎちや
19	水	ふりかけごはん	チキンステーキ ブロッコリーのマリネ エビーシースープ むぎちや	とりにく ベーコン かつおぶし	こめ サラダあぶら さとう オリブオイ ル	にんにく たまねぎ ブロッコリー ミニト マト にんじん	ふがし ぎゅうにゅう	バリバリピザ ぎゅうにゅう
20	木	バターロール	ポークピカタ ほうれんそうとベーコンのソテー ごまみそとうにゅうスープ むぎちや	ぶたにく たまご ベーコン とりにく みそ	バターロール こむぎ こ サラダあぶら パ ター	パセリ コーン ほう れんそう にんじん しめじ はくさい	しおせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	パナナ ぎゅうにゅう
21	金	ごはん (やきのり)	さばのしおやき しらあえ いもじる グレープフルーツ むぎちや	さば とうふ あぶら あげ みそ	こめ ごま さとう こんにやく さといも	やきのり にんじん ほうれんそう はくさ い グレープフルーツ	のりせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	こめこのいちごむしパン ぎゅうにゅう
22	土	ナポリタン	だいこんのまめツナサラダ コンソメスープ メロン むぎちや	ウィンナー こなチー ズ ツナ きゅうにゅう	サラダあぶら スパゲ ティ さとう ごまあ ぶら	にんじん たまねぎ ピーマン だいこん えだまめ キャベツ	ウサハース ぎゅうにゅう	ビスケット むぎちや
24	月	ごはん	とりだんこのスープに わふうポテトサラダ きんぴられんこん オレソジ むぎちや	とりにく たまご ハ ム ツナ	こめ かたくりこ ほ るさめ じゃがいも さとう	しょうが にんじん ながねぎ きゅうり	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	しらすのチーズトースト ぎゅうにゅう
25	火	ごはん	はるまき たことキャベツのちゅうかサラダ にらたまスープ むぎちや	ぶたにく たこ たま ご	こめ サラダあぶら ごま さとう ごまあ ぶら	きゅうり キャベツ にら	ビスケット ぎゅうにゅう	カレーおらスク ぎゅうにゅう
26	水	ソースやきうどん	あじつこさかな もやしサラダ レタススープ すいか むぎちや	ぶたにく ハム ベー コン きゅうにゅう	サラダあぶら うどん ごま さとう ごまあ ぶら	にんじん たまねぎ しいたけ ピーマン キャベツ あおめり	クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう	おなかおにぎり むぎちや
27	木	ハムピラフ	まめなサラダ なつやさいスープ キウイフルーツ むぎちや	ハム だいず ツナ とりにく きゅうにゅう	こめ サラダあぶら バター ごま さとう	にんじん たまねぎ コーン グリンピース こまつな トマト	わかめせんべい ぎゅうにゅう	ふかしいも むぎちや
28	金	バターロール	さけのごまマヨネーズやき まいだけとトマトのソテー だいこんとささみのスープ むぎちや	こなチーズ さけ ベーコン とりにく きゅうにゅう	バターロール マヨ ネーズ ごま サラダ あぶら	たまねぎ にんにく まいだけ コーン パ セリ ミニトマト	ビスケット ぎゅうにゅう	フルーツヨーグルト むぎちや
29	土	いりこなめし	ポテトのそばろに あつやきたまご ほうれんそうのごまあえ むぎちや	ぶたにく たまご し らす	こめ じゃがいも ち くわぶ さとう かた くりこ ごま	にんじん たまねぎ ほししいたけ もやし ほうれんそう	チーズサンドクラッカー ぎゅうにゅう	ざらめせんべい (1才児…えびせんべい) ぎゅうにゅう
31	月	ごはん	しおダッカルビ かぼちやのあまに みそしる グレープフルーツ むぎちや	とりにく あぶらあげ みそ	こめ ごまあぶら さ とう	にんにく にんじん ながねぎ にら キャ ベツ かぼちや	あまからせんべい (1才児…ボンゼン) ぎゅうにゅう	いちごジャムクッキー ぎゅうにゅう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します  
☆延長保育用おやつは別途あります

夏やさいかレー  
4日(火)

子どもたちが収穫した  
夏やさいがたくさん  
入っているカレーです。  
おたのしみに♪

乳児すいか割り  
4日(火)

乳児ぐみさんは  
10時のおやつとして  
すいかをいただきます。

誕生会  
5日(水)

おたんじょうび  
おめでとう



今月の平均栄養摂取量 (給食)

エネルギー	498 kcal
たんぱく質	15.9 g