



ひ に ち	よ う び	し ゅ し ょ く	お か ず	さんしょくぶんるい			3じおやつ
				ち や に く に な る	ね つ や ち ら に な る	ち ょ う し ご と の え る	
1	月	メープルパン	グリルチキン ダイスチーズサラダ エービーシースープ ギョウにゅう	とりにく ハム チーズ ベーコン ギョウにゅう	オリーブオイル さとう サ ラダあぶら マカロニ	にんにく たまねぎ トマト にんじん きゅうり キャベ ツ	あおなおにぎり むぎちや
2	火	ゆかりごはん	さけのみそマヨネーズやき ちくぜんに おすいもの グレープフルーツ むぎちや	みそ さけ とりにく ちく わ さつまあげ	こめ マヨネーズ こんにゃ く さとう かたくりこ ぶ しいだけ	たまねぎ にんじん だいこ ん ごぼう れんこん ほし しいだけ	スコーン ぎゅうにゅう
3	水	ごはん	とりだんこのスープに ウインナーのしょうゆいため のりナムル パナナ むぎちや	とりにく たまご ウイン ナー	こめ かたくりこ はるさめ サラダあぶら ごま	しょうが にんじん しいた け ながねぎ はくさい も やし	スイートポテト ぎゅうにゅう
4	木	ぶたバラはるさめどん	わかめとささみのサラダ すいか ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく ギョウ にゅう	こめ サラダあぶら はるさ め さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ こねぎ わかめ きゅうり もやし すいか	もものミルクかんでん むぎちや
5	金	キラキラそうめん	さばのしおやき まめなサラダ たなばたゼリー ギョウにゅう	さば だいま ツナ ギョウ にゅう	そうめん ごま さとう	にんじん オクラ こまつな	みそトースト むぎちや
6	土	ごはん	ぶたにくのバーベキューソースやき 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	ぶたにく ベーコン ハム	こめ サラダあぶら パター	にんにく しょうが たまね ぎ にんじん コーン さや いんげん	ゴフレット ぎゅうにゅう
8	月	ナン	なつやさいカレー シーフードサラダ(※1才児…えび除去) パイナップルのかんづめ ギョウにゅう	ぶたにく えび ギョウにゅ 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 なす ミ ニトマト	ツナとこまつなのおにぎり むぎちや
9	火	こまつなチャーハン	フライドポテト わかめスープ ぎゅうにゅう	たまご ハム とうふ ギョウ にゅう	ごまあぶら こめ じゃがい も	ながねぎ こまつな こねぎ わかめ	メロン クラッカー むぎちや
10	水	しらすごはん	ホイコーロー かぼちゃのあまに とうがんスープ むぎちや	しらす ぶたにく とりにく	こめ ごま さとう かたくり こ	にんにく にんじん ながね ぎ にんじん キャベツ か ぼちゃ	こめこのにんじんむしパン ぎゅうにゅう
11	木	バイキング給食 ごはん (ふりかけ・やきのり)	ローストチキン さけのこうみソースかけ えだまめサラダ アスパラとベーコンのソテー ポトフ れいとうみかん ジュース2しゆるい	とりにく さけ ベーコン ウインナー	こめ さとう かたくりこ サラダあぶら ごま	やきのり ながねぎ えだま め コーン ミニトマト ア スパガス	ヨーグルト むぎちや
12	金	あんかけやきそば (※1才児…えび除去)	かたぬきチーズ ひじきのツナマヨサラダ キウイフルーツ とうにゅう	ぶたにく えび ツナ とう にゅう	ちゅうかめん サラダあぶら かたくりこ	にんじん たまねぎ ほしし しいだけ しょうが もやし はくさい	じゃがりター むぎちや
13	土	うめなめし	しろみざかなのにつけ ほうれんそうのごまあえ みそしる むぎちや	かじき あぶらあげ みそ	こめ さとう ごま	しょうが にんじん もやし ほうれんそう きりほしだい こん	(1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう
16	火	ごはん	イタリアンハンバーグ さっぱりみかんサラダ きのことベーコンのスープ むぎちや	ぶたにく ギョウにゅう た まご チーズ ハム ベー コン	こめ パンこ オリーブオイ ル さとう	たまねぎ にんにく トマト きゅうり キャベツ みかん	パナナ ぎゅうにゅう
17	水	ぶたしゃぶうどん	しろみざかなのりしおパンこやき ほうれんそうのなつとうあえ ゼリー ジュース	ぶたにく かつおぶし かじ き なつとう	うどん ごま パンこ オ リーブオイル	きゅうり だいこん あおの り にんじん えのきだけ ほうれんそう	カレーおにぎり むぎちや
18	木	ごはん	しおダッカルビ やきとうもろこし えだまめ かきたまみそしる もものかんづめ むぎちや	とりにく みそ たまご	こめ ごまあぶら とうもろ こし	にんにく にんじん ながね ぎ にら キャベツ えだま め たまねぎ	レーズンケーキ ぎゅうにゅう
19	金	しょくパン	コロック はくさいのコールスローサラダ なつやさいスープ ギョウにゅう	ハム とりにく ギョウにゅ う	しょくパン じゃがいも サ ラダあぶら さとう	にんじん きゅうり はくさい コーン たまねぎ トマ ト	おふうスク むぎちや
20	土	ヒピンバ	たことキャベツのちゅうかサラダ(※1才児…たご除去) だいこんとささみのスープ メロン むぎちや	ぶたにく たこ とりにく	こめ さとう ごま	にんにく にんじん しいた け ほうれんそう もやし きゅうり	コーンフレーク ぎゅうにゅう
22	月	なすミートスパゲティ	ミモザサラダ コンソメスープ パナナ ギョウにゅう	ぶたにく こなチーズ か に かん ハム たまご ギョウ にゅう	スパゲティ サラダあぶら さとう	しょうが にんにく にんじ ん たまねぎ ほししいだけ なす	いなりずし むぎちや
23	火	ごはん	とりにくのこうみやき きんぴらごぼう もやしのたまごスープ すいか むぎちや	みそ とりにく たまご	こめ さとう ごま かたくり こ	にんにく しょうが にんじ ん ごぼう もやし すいか	いちごジャムクッキー ぎゅうにゅう
24	水	ちゅうかうおこわ	あつやきたまご わふうポテトサラダ おすいもの むぎちや	ぶたにく たまご ハム ツ な とうふ	こめ もちこめ さとう こ まあぶら じゃがいも	にんじん ほししいだけ な がねぎ きゅうり コーン しめじ	ちぢみ ぎゅうにゅう
25	木	バターロール	しろみざかなのムニエル のりサラダ マカロニスープ ギョウにゅう	かじき ベーコン ギョウ にゅう	バターロール こむぎこ パ ター ごま マカロニ	にんじん えのきだけ ほう れんそう やきのり たまね ぎ パセリ	ピーチミルクプリン むぎちや
26	金	ごはん	とりにくとだいこんのものも キャベツのゆかりあえ わふうごまみそとうにゅうスープ むぎちや	とりにく あつあげ みそ とうにゅう	こめ さとう ごま	にんじん だいこん きゅ うり キャベツ しめじ はく さい こねぎ	パリパリピザ ぎゅうにゅう
27	土	ひやしただめきうどん	シュウマイ あじつきごさかな キウイフルーツ ギョウにゅう	なると ハム たまご ぶた にく ギョウにゅう	うどん さとう ごま	きゅうり もやし キウイフ ルーツ	サブレ むぎちや
29	月	チキンカレーライス	まいだけとトマトのソテー ぶくじんづけ れいとうミックスフルーツ ギョウにゅう	とりにく ベーコン ギョウ にゅう	こめ じゃがいも サラダあ ぶら パター	にんじん たまねぎ にんに く まいたけ コーン パセ リ	こめこのツナマヨパンケーキ むぎちや
30	火	たにんどん	ほうれんそうのおひたし オレンジ ぎゅうにゅう	ぶたにく たまご かつおぶ し ギョウにゅう	こめ さとう かたくりこ	にんじん たまねぎ ながね ぎ ほうれんそう オレンジ	たこやきポテト むぎちや
31	水	バターロール	れいしゃぶ とうもろこし にらとひきにくのたまごスープ ギョウにゅう	ぶたにく とりにく たまご ギョウにゅう	バターロール ごま さとう かたくりこ	にんじん きゅうり もやし キャベツ にら	うめとしらすのおにぎり むぎちや

※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

☆1・2才児には午前中に牛乳を提供します

☆延長保育用おやつは別途あります

夏やさいカレー 8日(月)

子どもたちが収穫した
夏やさいをたくさん入れた
カレーです。お楽しみに☆

乳児すいか割り 10日(水)

乳児ぐみ
10時のおやつとして
すいかと麦茶をいただきます。
(※この日は午前中の牛乳提供はありません。)



誕生会 17日(水)

おたんじょうび
おめでとう♪

LET'Sクッキング!! 31日(水)

年中ぐみ
とうもろこしの皮むきをしてもらい
給食でいただきます。

今月の平均栄養摂取量(給食)

	乳児	幼児
エネルギー	439 kcal	488 kcal
たんぱく質	15.6 g	17.3 g