



| 曜日  | 日             | 朝の未満児おやつ      | 副食                                     | 材料                                                                                                                       | 主食                                                                                    | 3時 おやつ                             |
|-----|---------------|---------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 月   | 12<br>26      | ヨーグルト         | 牛肉の甘辛炒め<br>ツナコーンサラダ<br>おぐらの味噌汁         | 牛肉・ピーマン・カラーピーマン・玉葱・炒め油・砂糖・醤油・みりん<br>ツナ缶・レタス・コーン缶・乾燥若布・人参・醤油・砂糖・酢・油<br>豆腐・南瓜・おくら・味噌・煮干し                                   | ごはん                                                                                   | お茶<br>冷やしソーメン<br>ソーメン・干し椎茸・葱・砂糖・醤油 |
| 火   | 13<br>27      | 牛乳<br>せんべい    | 魚のチーズ焼き<br>カニカマと野菜の卵とし<br>もやしスープ       | 魚切り身(鮭)・塩・小麦粉・油・マヨネーズ・醤油・みりん・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン<br>カニカマ・ほうれん草・しめじ・玉葱・卵・塩・炒め油・醤油<br>もやし・にら・じゃが芋・醤油・煮干し                       | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>ぶどう<br>白い風船                  |
| 水   | 14<br>28      | 牛乳<br>ビスコ     | 夏野菜のカレー<br>さっぱり酢の物<br>トマト              | 豚肉・人参・玉葱・南瓜・なす・ズッキーニ・グリーンピース・油・バター・カレールー・りんご<br>胡瓜・乾燥若布・人参・ごま・砂糖・酢・醤油<br>トマト                                             | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>フルーツポンチ<br>バナナ・桃缶・パイン缶・サイダー  |
| 木   | 1<br>15<br>29 | 牛乳<br>ウエハース   | 魚のフライ<br>おかか和え・ミニトマト<br>豆腐スープ          | 白身魚・卵・パン粉・小麦粉・揚げ油・ソース・ケチャップ・砂糖<br>キャベツ・人参・かつお節・醤油 / ミニトマト<br>ほうれん草・人参・豆腐・コーン缶・醤油・煮干し                                     | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>オレンジ<br>チーズ                  |
| 金   | 2<br>16<br>30 | 飲むヨーグルト       | じゃが芋のうま煮<br>胡瓜のレモン和え<br>なすともやしの味噌和え    | じゃが芋・鶏肉・玉葱・人参・インゲン・砂糖・醤油・みりん<br>胡瓜・しらす干・レモン汁・酢・砂糖 / ミカン缶<br>なす・もやし・厚揚げ・乾わかめ・味噌・煮干                                        | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>マカロニのあべかわ<br>マカロニ・黄粉・砂糖・塩    |
| 土   | 3<br>17<br>31 | 牛乳<br>クッキー    | 中華丼<br>二色野菜の香味づけ<br>バナナ                | 豚肉・いか・むきえび・人参・生椎茸・白菜・竹の子・葱・砂糖・醤油・ごま油・片栗粉<br>胡瓜・人参・砂糖・酢・醤油<br>バナナ                                                         |                                                                                       | 牛乳<br>ミニパン                         |
| 月   | 5<br>19       | 牛乳<br>コーンフレーク | 南瓜とミンチのカレー<br>春雨の酢の物<br>ミカン缶           | 合いミンチ・南瓜・玉葱・人参・いんげん・きのこ・炒め油・カレールー<br>春雨・胡瓜・ハム・人参・卵・油・ごま油・砂糖・醤油・酢<br>ミカン缶                                                 | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>プリン                          |
| 火   | 6<br>20       | 飲むヨーグルト       | 大豆とひじきの煮物<br>夏野菜のマヨ和え<br>ソーメンの味噌汁      | 鶏肉・ゆで大豆・ひじき・油揚げ・ごぼう・砂糖・醤油・酒・油<br>ツナ缶・トマト・コーン缶・おくら・胡瓜・マヨネーズ・醤油<br>ソーメン・なす・玉葱・葱・味噌・煮干                                      | ごはん                                                                                   | 西瓜<br>クラッカー                        |
| 水   | 7<br>21       | 牛乳<br>あられ     | 魚と野菜の甘酢あん<br>胡瓜の昆布和え<br>呉汁 / パイン缶      | 魚切り身・生姜・醤油・酒・片栗粉・油・干し椎茸・玉葱・人参・ピーマン・砂糖・酢・<br>胡瓜・塩昆布<br>大豆・厚揚げ・じゃが芋・葱・味噌・煮干し / パイン缶                                        | ごはん                                                                                   | お茶<br>煮豆<br>せんべい                   |
| 木   | 8<br>22       | 牛乳<br>卵ぼーろ    | トンカツ<br>添えキャベツ<br>中華スープ                | 豚肉・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・ケチャップ・中農ソース・砂糖<br>キャベツ・トマト・胡瓜<br>チンゲン菜・干し椎茸・玉葱・人参・卵・ごま油・醤油・                                             | ごはん                                                                                   | アイスクリーム<br>ウエハース                   |
| 金   | 23            | 牛乳<br>リンゴ     | 焼き魚(鮭) / 添え野菜<br>ごま和え<br>かきたま汁         | 鮭・塩・ / レタス・ミニトマト<br>もやし・人参・胡瓜・ちりめんじゃこ・ゴマ・砂糖・醤油・酢<br>卵・人参・たまねぎ・葱・醤油・煮干し                                                   | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>ヨーグルトケーキ<br>小麦粉・砂糖・卵・ヨーグルト   |
| 土   | 10<br>24      | 牛乳<br>ビスケット   | 冷やし中華風<br>キャベツのスープ                     | 中華麺・ハム・卵・油・もやし・胡瓜・トマト・ごま油・砂糖・酢・醤油<br>キャベツ・ほうれん草・ウインナー・人参・玉葱・醤油<br>バナナ                                                    |  | 牛乳<br>スティックパン                      |
| 誕生会 | 9             | 牛乳<br>せんべい    | カレーピラフ<br>手羽元のさっぱり煮・春雨サラダ<br>きのこスープ・果物 | ベーコン・ミックスベジタブル・玉葱・シーフードミックス・バター・コンソメ・カレー粉・塩<br>手羽元・砂糖・醤油・酢・ケチャップ / 春雨・ロースハム・胡瓜・人参・マヨネーズ<br>しめじ・えのき茸・卵・葱・コンソメ・片栗粉・醤油 / 西瓜 |                                                                                       | お茶<br>フルーツゼリー                      |



都合により献立が変更する場合がございます。

