

# 予定献立表

	献立名	材料名	おやつ		献立名	材料名	おやつ
2 (月)	ごはん、納豆 豚汁、チキナーチ チャンプルー、 果物	米、納豆、しらす、長葱 豚肉、大根、人参、白菜 ゴボウ、からし菜、豆腐 ツナ缶、リンゴ	みかんゼリー せんべい 保育ミルク	18 (水)	冷しソーメン、 コーンかき揚げ 果物	そうめん、ロースハム 椎茸、きゅうり、刻み海苔 魚肉ソーセージ、コーン缶 枝豆、小麦粉、バナナ	鮭おにぎり 保育ミルク
3 (火)	夏野菜カレー 野菜のポン酢和え わかめスープ 果物	米、豚肉、玉ねぎ、人参、 かぼちゃ、ナス、ピーマ ン、きゅうり、キャベツ、 わかめ、ネギ、オレンジ	くずもち 保育ミルク	19 (木)	ごはん ハンバーグ煮込 もやし厚揚げ炒め スープ、果物	米、黒米 豚ひき肉、玉ねぎ、人参 パン粉、もやし、厚揚げ 大根、ハンペン、リンゴ	ごま菓子 保育ミルク
4 (水)	ミートスパゲティ 生野菜サラダ 白菜スープ 果物	スパゲティ、ひき肉、 玉ねぎ、人参、セロリ、 トマト、レタス、胡瓜 コーン、水菜 白菜、ベーコン、バナナ	おほかおにぎり 保育ミルク	20 (金)	ごはん 焼鯖おろし 温野菜サラダ スープ、果物	米、鯖、大根、ポテト、 人参、ブロッコリー、胡瓜、 キャベツ、ベーコン、 ぶどう	レーズン入 蒸パン 保育ミルク
5 (木)	青菜ごはん ひじき炒め マカロニサラダ みそ汁、果物	米、野沢菜、ごま ひじき、油揚げ、人参、 ちくわ、にら、マカロニ、 胡瓜、ハム、卵、じゃが 芋、しめじ、パイン缶	ベークド ポテト 保育ミルク	21 (土)	チャーハン みそ汁、 果物	米、豚肉、玉ねぎ、人参、 ピーマン、卵、ワカメ 青ネギ、バナナ	菓子、枝豆 保育ミルク
6 (金)	ごはん 小魚から揚げ 野菜オイスター炒め みそ汁、果物	米、きびなご、キャベツ、 もやし、玉ねぎ、人参、 いんげん、冬瓜、油あげ、 スイカ	菓子パン 保育ミルク	23 (月)	キーマカレー ヨーグルトサラダ トマト卵スープ	米、豚ひき肉、玉葱、シメ ジ、人参 ヨーグルト、バナナ、桃缶 みかん缶、トマト、卵	パンプディン グ 保育ミルク
7 (土)	野菜じゅうしい チーズ 果物	米、豚肉、にんじん、 大根、小松菜、人参 ポテト、チーズ バナナ	菓子、 ミニゼリー 保育ミルク	24 (火)	麻婆豆腐丼 中華サラダ スープ、果物	米、豚挽肉、豆腐、長ネギ もやし、春雨、胡瓜、ごま 玉ねぎ、セロリ、オレンジ	スコーン 保育ミルク
9 (月)	照り焼き鶏丼 小松菜しらす和え みそ汁、果物	米、鶏もも肉、いんげん 刻みのり、小松菜、人参 しらす、豆腐、ネギ、 オレンジ	ちんびん 保育ミルク	25 (水)	沖縄そば 大根と昆布ツナ和え 果物	沖縄そば、豚だし骨、豚肉、 かまぼこ、青ネギ、 大根、刻み昆布、ツナ缶 バナナ	卵サンド 保育ミルク
10 (火)	タコライス スープ野菜 果物	米、豚挽肉、レタス、ト マト、チーズ/キャベツ、 ポテト、セロリ、ウィン ナー、コーン、パイン缶	カップケーキ 保育ミルク	26 (木)	玄米ごはん 揚げ魚の煮つけ きんぴらごぼう みそ汁・果物	米、黒米、 鯖、笹ごぼう、人参、ごま 油あげ 豆腐、長ネギ、オレンジ	アイスクリーム 玄米フレーク 保育ミルク
11 (水)	冷やし中華 かぼちゃ煮つけ 果物	中華めん、ハム、きゅう り、椎茸、もやし、卵 かぼちゃ、ポーク缶、 バナナ	青菜おにぎり 保育ミルク	27 (金)	<b>誕生会メニュー</b>		
12 (木)	<b>おべんとう会</b>		カステラ 保育ミルク	28 (土)	もずく ジュシー 果物	米、豚肉、もずく 人参、小松菜、大根、卵、 バナナ	せんべい チーズ 保育ミルク
13 (金)	ふりかけごはん ゴーヤーチャンプル オクラおほかお和え きのこ汁、果物	米、ゴーヤー、ポーク、 人参、玉ねぎ、豆腐、卵、 オクラ、きゅうり、削り 節、生しいたけ、シメジ、 エノキダケ、ネギ、桃缶	大学いも 保育ミルク	30 (月)	まぜごはん じゃが芋味噌煮 ウィンナーソテー 清し汁、果物	米、かまぼこ、ヒジキ、 人参、椎茸、タケノコ ねぎ、じゃが芋、 ウィンナー、花魁 カイワレ、リンゴ	フルーツ ボンチ 保育ミルク
14 (土)	メロンパン スープ 果物	菓子パン、ベーコン、玉 ねぎ、人参、ポテト、キ ャベツ、セロリ、大豆、 バナナ	菓子、 ゼリー 保育ミルク	31 (火)	セーフアン もずくのかき揚げ きゅうり梅和え 果物	米、鶏ささ身、タケノコ 椎茸、からし菜、卵、 人参、玉ねぎ、いんげん、 ソーセージ、もずく、胡瓜 オレンジ	ラスク 保育ミルク
17 (火)	ごはん、納豆、 ナーベールランプシ わかめサラダ 果物	米、麦 納豆、長ネギ、シラス ヘチマ、豚肉、とうふ わかめ、きゅうり、玉葱 カニカマ、西瓜	ジャムサンド 保育ミルク	誕 生 会	ちらし寿司 手羽元塩焼き フルーツサラダ 潮汁	米、かんぴょう、筍、椎茸、 レンコン、卵、人参、 鶏肉、レモン、バナナ、 ミカン缶、桃缶、パイン缶、 ヨーグルト、あさり、ネギ	誕生ケーキ 保育ミルク

◎やむを得ない事情で食材等が異なる場合があります。  
◎土曜日は調理員が交替で休むため軽食になります。ご了承ください。