

日	曜日	午前食+ミルク (10時~11時)	食 材				2時30分 ~3時頃
			血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの (黄)	体の調子をよくするもの (緑)	調味料等	
13 27	月	おかか粥10倍 野菜煮 みそ汁	糸けずり節 みそ	米 片栗粉	玉葱 青菜 なす 葉葱	かつお節 醤油 かつお節	ミルク
14 28	火	10倍粥 豆腐と野菜のトマト煮 清汁	豆腐	米 白砂糖 片栗粉	トマト ｷﾞﾊﾞｯ 青菜	醤油 かつお節 かつお節 醤油	ミルク
1・15 29	水	煮込みうどん じゃが芋の煮物		干しうどん じゃが芋 白砂糖 片栗粉	胡瓜 玉葱 人参	かつお節 醤油 かつお節 醤油	ミルク
2・16 30	木	10倍粥 野菜のみそ煮 人参スープ	みそ	米 白砂糖 片栗粉	なす 葱 胡瓜 人参 葉葱	かつお節 かつお節 醤油	ミルク
3・17 31	金	パン粥 魚のトマト煮 野菜スープ	粉ｺｯ 魚	食ﾊﾝ 白砂糖 片栗粉 じゃが芋	ｱｶﾞ ｶｽﾄﾏﾄ 人参	かつお節 醤油 かつお節 醤油	ミルク
4 18	土	青菜粥10倍 人参の煮物 みそ汁	みそ	米 白砂糖 片栗粉 じゃが芋	青菜 人参 葱 玉葱	かつお節 醤油 かつお節	ミルク
6 20	月	10倍粥 人参のピース煮 みそ汁	みそ	米 白砂糖 片栗粉	人参 ｸﾞﾘｰﾝﾍﾞｰｽ冷 南瓜 青菜	かつお節 醤油 かつお節	ミルク
7 21	火	10倍粥 魚と野菜の煮物 みそ汁	魚 みそ	米 片栗粉 さつま芋	胡瓜 人参 葱	醤油 かつお節 かつお節	ミルク
8 22	水	煮込みうどん 野菜のみどり煮		干しうどん 白砂糖 片栗粉	南瓜 胡瓜 ｸﾞﾘｰﾝﾍﾞｰｽ冷	かつお節 醤油 かつお節 醤油	ミルク
9 23	木	人参粥10倍 夏野菜のトマト煮 野菜スープ		米 片栗粉	人参 なす 胡瓜 ﾄﾏﾄﾞﾚ 大根 青菜	かつお節 醤油 かつお節 醤油	ミルク
10 24	金	パン粥 野菜のやわらか煮 トマトスープ	粉ｺｯ	食ﾊﾝ 片栗粉	ｷﾞﾊﾞｯ 人参 ﾄﾏﾄ 玉葱	醤油 かつお節 かつお節 醤油	ミルク
25	土	煮込みうどん さつま芋の甘煮		干しうどん さつま芋 白砂糖	玉葱 人参	かつお節 醤油 醤油	ミルク
代替	①	煮込みうどん 麩と野菜の煮物		干しうどん 玉ふ 片栗粉	玉葱 人参 玉葱	かつお節 醤油 かつお節 醤油	ミルク
代替	②	10倍粥 きゃべつのフワフワ煮 たまねぎスープ		米 玉ふ 白砂糖 片栗粉	ｷﾞﾊﾞｯ 玉葱	かつお節 醤油 かつお節 醤油	ミルク
代替	③	煮込みうどん じゃが芋ミルク煮	粉ｺｯ	干しうどん じゃが芋	ｷﾞﾊﾞｯ 人参	かつお節 醤油	ミルク
代替	④	10倍粥 麩と野菜のふわふわ煮 みそ汁	みそ	米 玉ふ 三温糖 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 胡瓜 玉葱	かつお節 醤油 かつお節	ミルク

○献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

日	曜日	午前食+ミルク (10時~11時) 午後食+ミルク (2時半~3時頃)	食 材				
			血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの (黄)	体の調子をよくするもの (緑)	調味料等	
13 27	月	おかか粥7倍 鶏肉の野菜煮 みそ汁 果物	糸けずり節 鶏ひき肉 みそ	米 片栗粉	玉葱 青菜 なす 葉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節
		ひじきぞうすい 茄子のそぼろ煮	干しひじき 鶏ひき肉	米 白砂糖 片栗粉	人参 玉葱 なす		かつお節 かつお節 醤油
14 28	火	7倍粥 豆腐と野菜のトマト煮 清汁 果物	豆腐	米 白砂糖 片栗粉	トマト ｷｬﾊﾞﾁ 青菜	果物	醤油 かつお節 かつお節 醤油 かつお節
		ごまぞうすい 豚肉の野菜煮	豚ひき肉	米 白ごま じゃが芋 片栗粉	玉葱 青菜		醤油 かつお節 かつお節
1・15 29	水	煮込みうどん 肉じゃが 果物	豚ひき肉	干しうどん じゃが芋 白砂糖 片栗粉	胡瓜 玉葱 人参	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		卵粥7倍 野菜のそぼろあん	鶏卵(卵黄) 豚ひき肉	米 片栗粉	玉葱 人参 胡瓜		かつお節 醤油
2・16 30	木	わかめ粥7倍 肉と野菜のみそ煮 人参スープ 果物	生わかめ 豚ひき肉 みそ	米 白砂糖 片栗粉	なす 葱 胡瓜 人参 葉葱	果物	かつお節 かつお節 醤油
		パン粥 鶏団子スープ	粉ミルク 鶏ひき肉	食パン	もやし 人参 葱		かつお節 醤油
3・17 31	金	パン粥 魚のトマト煮 野菜スープ 果物	粉ミルク 魚	食パン 白砂糖 片栗粉 じゃが芋	ｱｽﾊﾞﾗｶﾞｽ ｴﾄﾞﾓﾄ 人参	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		人参ぞうすい 豆腐の野菜煮	豆腐	米 片栗粉	人参 ｷｬﾊﾞﾁ ｱｽﾊﾞﾗｶﾞｽ		かつお節 かつお節 醤油
4 18	土	青菜粥7倍 豚肉の野菜煮 みそ汁 果物	豚ひき肉 みそ	米 白砂糖 片栗粉 じゃが芋	青菜 人参 葱 玉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節 かつお節 醤油
		そぼろぞうすい 野菜のやわらか煮	豚ひき肉	米 片栗粉	ｷｬﾊﾞﾁ 人参 もやし		かつお節 かつお節 醤油
6 20	月	あおのり粥7倍 豚肉と人参のピース煮 みそ汁 果物	青のり 豚ひき肉 みそ	米 白砂糖 片栗粉	人参 ｸﾞﾘｰﾝﾍﾞｰｽ冷 南瓜 青菜	果物	かつお節 醤油 かつお節
		玉ねぎぞうすい 肉の二色野菜煮	豚ひき肉	米 片栗粉	玉葱 人参 青菜		かつお節 かつお節 醤油
7 21	火	7倍粥 魚と野菜の煮物 みそ汁 果物	魚 みそ	米 片栗粉 さつまい	胡瓜 人参 葱	果物	醤油 かつお節 かつお節
		パン粥 豆腐と野菜のスープ	粉ミルク 豆腐	食パン	大根 人参 ｷｬﾊﾞﾁ		かつお節 醤油
8 22	水	煮込みうどん 鶏肉のみどり煮 果物	鶏ひき肉	干しうどん 白砂糖 片栗粉	南瓜 もやし 胡瓜 ｸﾞﾘｰﾝﾍﾞｰｽ冷	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		南瓜粥7倍 鶏団子と野菜煮	鶏ひき肉	米 片栗粉	南瓜 もやし 胡瓜		かつお節 醤油
9 23	木	人参粥7倍 夏野菜と豚肉のトマト煮 野菜スープ 果物	豚ひき肉	米 片栗粉	人参 なす 胡瓜 トマトﾌﾞﾙｰ 大根 青菜	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		大根ぞうすい 野菜のそぼろ煮	豚ひき肉	米 片栗粉	大根 玉葱 青菜 人参		かつお節 かつお節 醤油
10 24	金	パン粥 鶏肉の野菜煮 トマトスープ 果物	粉ミルク 鶏ひき肉	食パン 片栗粉	ｷｬﾊﾞﾁ 人参 ﾄﾏﾄ 玉葱	果物	醤油 かつお節 かつお節 醤油
		7倍粥 鶏肉のトマト煮	鶏ひき肉	米 じゃが芋 片栗粉	玉葱 トマト		かつお節 醤油
25	土	煮込みうどん さつまいの甘煮 果物	豚ひき肉	干しうどん さつまい 白砂糖	玉葱 人参	果物	かつお節 醤油 醤油
		芋粥7倍 肉団子と三色野菜煮	豚ひき肉	米 さつまい 片栗粉	青菜 玉葱 人参		かつお節 醤油
代替 ①		煮込みうどん 麩と野菜の煮物 果物	生わかめ	干しうどん 玉ふ 片栗粉	玉葱 人参 玉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		7倍粥 大豆と人参の煮物	大豆水煮	米 白砂糖 片栗粉	人参		かつお節 醤油
代替 ②		7倍粥 きゃべつのフワフワ煮 わかめスープ 果物	生わかめ	米 玉ふ 白砂糖 片栗粉	ｷｬﾊﾞﾁ 玉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		煮込みうどん 高野豆腐と人参の煮物	高野豆腐	干しうどん 白砂糖 片栗粉	玉葱 ｷｬﾊﾞﾁ 人参		かつお節 醤油 かつお節 醤油
代替 ③		煮込みうどん じゃが芋のミルク煮 果物	粉ミルク	干しうどん じゃが芋	ｷｬﾊﾞﾁ 人参	果物	かつお節 醤油
		7倍粥 野菜と麩の煮付け		米 玉ふ 白砂糖 片栗粉	玉葱 人参		かつお節 醤油
代替 ④		7倍粥 麩と野菜のふわふわ煮 みそ汁 果物	みそ	米 玉ふ 三温糖 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 胡瓜 玉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節
		卵粥7倍 野菜のやわらか煮	鶏卵(卵黄)	米 白砂糖 片栗粉	ｷｬﾊﾞﾁ 人参 玉葱		かつお節 醤油

○今月の使用予定果物：ぶどう・すいか・なし（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

○献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

日	曜日	午前食+ミルク (10時~11時)		食 材				
		午後食+ミルク (2時半~3時頃)		血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの (黄)	体の調子をよくするもの (緑)	調味料等	
13 27	月	おかか粥5倍 鶏肉の野菜煮 みそ汁	果物	糸けずり節 鶏ひき肉 みそ	米 片栗粉	玉葱 青菜 なす 葉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節
		ひじきぞうすい 茄子のそぼろ煮		干しひじき 鶏ひき肉	米 白砂糖 片栗粉	人参 玉葱 なす		かつお節 かつお節 醤油
14 28	火	5倍粥 豆腐と野菜のトマト煮 清汁	果物	豆腐	米 白砂糖 片栗粉	トマト ｷｬﾊﾞﾁ 青菜	果物	醤油 かつお節 かつお節 醤油
		ごまぞうすい 豚肉の野菜煮		豚ひき肉	米 白ごま じゃが芋 片栗粉	玉葱 青菜		かつお節 醤油 かつお節
1・15 29	水	煮込みうどん 肉じゃが	果物	豚ひき肉	干しうどん じゃが芋 白砂糖 片栗粉	胡瓜 玉葱 人参	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		卵粥5倍 野菜のそぼろあん		鶏卵(卵黄) 豚ひき肉	米 片栗粉	玉葱 人参 胡瓜		かつお節 醤油
2・16 30	木	わかめ粥5倍 肉と野菜のみそ煮 人参スープ	果物	生わかめ 豚ひき肉 みそ	米 白砂糖 片栗粉	なす 葱 胡瓜 人参 葉葱	果物	かつお節 かつお節 醤油
		トースト 鶏団子スープ		鶏ひき肉	食パン ｻﾞﾀｰ	もやし 人参 葱		かつお節 醤油
3・17 31	金	トースト 魚のトマト煮 野菜スープ	果物	魚	食パン ｻﾞﾀｰ 白砂糖 片栗粉 じゃが芋	ｱｽﾊﾞﾗｶﾞｽ ｻﾞﾀｰ 人参	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		人参ぞうすい 豆腐の野菜煮		豆腐	米 片栗粉	人参 ｷｬﾊﾞﾁ ｱｽﾊﾞﾗｶﾞｽ		かつお節 かつお節 醤油
4 18	土	青菜粥5倍 豚肉の野菜煮 みそ汁	果物	豚ひき肉 みそ	米 白砂糖 片栗粉 じゃが芋	青菜 人参 葱 玉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節
		そぼろぞうすい 野菜のやわらか煮		豚ひき肉	米 片栗粉	ｷｬﾊﾞﾁ 人参 もやし		かつお節 かつお節 醤油
6 20	月	あおのり粥5倍 豚肉と人参のピース煮 みそ汁	果物	青のり 豚ひき肉 みそ	米 白砂糖 片栗粉	人参 ｸﾞﾘｰﾝﾍﾟｰｽ 冷 南瓜 青菜	果物	かつお節 醤油 かつお節
		玉ねぎぞうすい 肉の二色野菜煮		豚ひき肉	米 片栗粉	玉葱 人参 青菜		かつお節 かつお節 醤油
7 21	火	5倍粥 魚と野菜の煮物 みそ汁	果物	魚 みそ	米 片栗粉 さつま芋	胡瓜 人参 葱	果物	醤油 かつお節 かつお節
		トースト 豆腐と野菜のスープ		豆腐	食パン ｻﾞﾀｰ	大根 人参 ｷｬﾊﾞﾁ		かつお節 醤油
8 22	水	煮込みうどん 鶏肉のみどり煮	果物	鶏ひき肉	干しうどん 白砂糖 片栗粉	南瓜 もやし 胡瓜 ｸﾞﾘｰﾝﾍﾟｰｽ 冷	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		南瓜粥5倍 鶏団子と野菜煮		鶏ひき肉	米 片栗粉	南瓜 もやし 胡瓜		かつお節 醤油
9 23	木	人参粥5倍 夏野菜と豚肉のトマト煮 野菜スープ	果物	豚ひき肉	米 片栗粉	人参 なす 胡瓜 トマト ｻﾞﾀｰ 冷 大根 青菜	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		大根ぞうすい 野菜のそぼろ煮		豚ひき肉	米 片栗粉	大根 玉葱 青菜 人参		かつお節 かつお節 醤油
10 24	金	トースト 鶏肉の野菜煮 トマトスープ	果物	鶏ひき肉	食パン ｻﾞﾀｰ 片栗粉	ｷｬﾊﾞﾁ 人参 トマト 玉葱	果物	醤油 かつお節 かつお節 醤油
		5倍粥 鶏肉のトマト煮		鶏ひき肉	米 じゃが芋 片栗粉	玉葱 トマト		かつお節 醤油
25	土	煮込みうどん さつま芋の甘煮	果物	豚ひき肉	干しうどん さつま芋 白砂糖	玉葱 人参	果物	かつお節 醤油 醤油
		芋粥5倍 肉団子と三色野菜煮		豚ひき肉	米 ｻつま芋 片栗粉	青菜 玉葱 人参		かつお節 醤油
代替 ①		煮込みうどん 麩と野菜の煮物	果物	生わかめ	干しうどん 玉ふ 片栗粉	玉葱 人参 玉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		5倍粥 大豆と人参の煮物		大豆水煮	米 白砂糖 片栗粉	人参		かつお節 醤油
代替 ②		5倍粥 きゃべつのフワフワ煮 わかめスープ	果物	生わかめ	米 玉ふ 白砂糖 片栗粉	ｷｬﾊﾞﾁ 玉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節 醤油
		煮込みうどん 高野豆腐と人参の煮物		高野豆腐	干しうどん 白砂糖 片栗粉	玉葱 ｷｬﾊﾞﾁ 人参		かつお節 醤油 かつお節 醤油
代替 ③		煮込みうどん じゃが芋のミルク煮	果物	粉ミルク	干しうどん じゃが芋	ｷｬﾊﾞﾁ 人参	果物	かつお節 醤油
		5倍粥 野菜と麩の煮付け			米 玉ふ 白砂糖 片栗粉	玉葱 人参		かつお節 醤油
代替 ④		5倍粥 麩と野菜のふわふわ煮 みそ汁	果物	みそ	米 玉ふ 三温糖 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 胡瓜 玉葱	果物	かつお節 醤油 かつお節
		卵粥5倍 野菜のやわらか煮		鶏卵(卵黄)	米 白砂糖 片栗粉	ｷｬﾊﾞﾁ 人参 玉葱		かつお節 醤油

○今月の使用予定果物：ぶどう・すいか・なし（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

○献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。