

	献立名				食 材		
	乳児おやつ	主食	副 食 ():乳児のみ	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1 水	牛乳 ボーロ	御飯	味噌汁 擬製豆腐 きくらげのナムル 果物	牛乳 クリームスイートポテト	米 さつま芋 油 マーガリン 小麦粉	鶏肉 生クリーム 豆腐 卵 牛乳	大根 小松菜 人参 玉葱 エリンギ 胡瓜
2 木	牛乳 さつま芋	枝豆 御飯	味噌汁 鱈の梅干し煮 オクラの納豆和え (果物)	梅ジュース ゴマ塩ポテト	米 じゃが芋 ごま	枝豆 鱈 納豆	水菜 オクラ 人参 えのき
3 金	麦茶 チーズ	御飯	スープ 豆腐チャンプルー 野菜の切り昆布和え (果物)	麦茶 チーズ揚げ	米 油 ワンタン	豚肉 豆腐 チーズ 卵	キャベツ 人参 長葱 チンゲンサイ もやし
4 土	牛乳		タコライス スープ 果物	牛乳 せんべい	米 じゃが芋	豚肉 チーズ 牛乳	ほうれん草 人参 玉葱 キャベツ
6 月	牛乳 せんべい	御飯	味噌汁 鶏の幽庵焼き マヨネーズサラダ (果物)	牛乳 黒糖ラスク	米 マヨネーズ 麩 食パン マーガリン	鶏肉 牛乳	ほうれん草 人参 胡瓜 コーン
7 火	牛乳 じゃが芋		セタそうめん きのことスープ ポテトサラダ スイカ	牛乳 星サンド	そうめん 食パン じゃが芋 マヨネーズ	チーズ ハム ベーコン 生クリーム	トマト オクラ きのこと 胡瓜 コーン 人参
8 水	牛乳 ボーロ		ロコモコ丼 ポトフ風スープ ツナサラダ 果物	牛乳 ゼリー	米 パン粉 じゃが芋 油	豚肉 卵 ウイナー 牛乳 ツナ	玉葱 キャベツ パプリカ トマト ブロッコリー 人参
9 木	牛乳 さつま芋	御飯	スープ 八宝菜 バンサンスウ (果物)	麦茶 梅ジャム蒸しパン	米 春雨 小麦粉 ごま油	豚肉 なたと 卵 豆腐	えのき 白菜 人参 胡瓜 キャベツ 筍
10 金	麦茶 せんべい	御飯	味噌汁 魚のタルタルソース もやしハムドレッシング (果物)	麦茶 枝豆 チーズ	米 油 マヨネーズ	鱈 枝豆 ハム チーズ	茄子 えのき 玉葱 胡瓜 もやし
11 土	牛乳		塩焼きそば スープ 果物	牛乳 クラッカー	中華麺 じゃが芋	豚肉 牛乳	にら 人参 もやし 玉葱 キャベツ
13 月	牛乳 せんべい	御飯	味噌汁 鶏肉のハワイアン煮 糸寒天サラダ (果物)	牛乳 イチゴミルクカップケーキ	米 小麦粉 マーガリン ごま	鶏肉 練乳 卵 牛乳	しめじ 小松菜 コーン キャベツ 胡瓜 人参
14 火	牛乳 じゃが芋		冷やし中華 クリームスープ 韓国風サラダ 果物	麦茶 納豆チャーハン	米 中華麺 小麦粉 ごま油	ハム ベーコン 卵 納豆 かまぼこ	胡瓜 もやし 白菜 人参 玉葱 ブロッコリー キャベツ
15 水	牛乳 ボーロ	パン	ミネストローネ ビーフストロガノフ風 わかめサラダ 果物	麦茶 きなこおはぎ	パン 米 もち米 オリーブ油 じゃが芋	豚肉 きなこ	人参 玉葱 ピーマン キャベツ 胡瓜
16 木	牛乳 さつま芋	枝豆 御飯	味噌汁 鱈の梅干し煮 オクラの納豆和え (果物)	牛乳 チーズパイ	米 パインシート じゃが芋 ごま油	鱈 納豆 牛乳 チーズ 枝豆	水菜 オクラ 人参 えのき
17 金	麦茶 チーズ	御飯	スープ ゴーヤチャンプルー たたき胡瓜 果物	麦茶 水ようかん	米 ごま油	豚肉 豆腐 あんこ 卵	ゴーヤ キャベツ 人参 長葱 胡瓜
18 土	牛乳		パン スープ ウイナー スクランブルエッグ サラダ ヨーグルト	牛乳 せんべい	パン じゃが芋	ウイナー 卵 牛乳 ヨーグルト	人参 玉葱 ほうれん草
20 月	牛乳 せんべい	御飯	味噌汁 鶏の幽庵焼き マヨネーズサラダ (果物)	牛乳 揚げパン	米 麩 ロールパン マヨネーズ 油	鶏肉 牛乳	ほうれん草 人参 キャベツ 胡瓜 コーン
21 火	牛乳 じゃが芋	御飯	スープ 夏野菜の炒め煮 マカロニサラダ 果物	牛乳 さつま芋の蒸し饅頭	米 マカロニ さつま芋 小麦粉 マヨネーズ	ベーコン 豚肉 ツナ 牛乳	大根 玉葱 人参 南瓜 茄子 ピーマン
22 水	牛乳 ボーロ		カレーライス スープ いんげんともやしの胡麻和え 果物	麦茶 ゼリー ビスケット	米 じゃが芋 ごま 小麦粉 マーガリン	豚肉 牛乳	いんげん 玉葱 人参 もやし 大根
23 木	海 の 日						
24 金	ス ポ ー ツ の 日						
25 土	牛乳		塩焼きそば スープ 果物	牛乳 クラッカー	中華麺 じゃが芋	豚肉 牛乳	にら 人参 もやし キャベツ 玉葱
27 月	牛乳 せんべい	御飯	味噌汁 鶏肉のハワイアン煮 糸寒天サラダ (果物)	牛乳 チーズクッキー	米 小麦粉 マーガリン ごま	鶏肉 卵 牛乳	しめじ 小松菜 コーン キャベツ 胡瓜 糸寒天
28 火	牛乳 じゃが芋		鶏ごぼうスパゲティ スープ 南瓜サラダ 果物	麦茶 焼きおにぎり	米 สปาゲティ マヨネーズ	鶏肉 豆腐	玉葱 人参 ごぼう 南瓜 コーン 胡瓜
29 水	牛乳 ボーロ	パン	カレーライス 鮭フライ わかめサラダ 果物	麦茶 せんべい ヨーグルト	パン パン粉 油 小麦粉 じゃが芋	豚肉 鮭 卵 ヨーグルト	玉葱 人参 胡瓜 キャベツ
30 木	牛乳 さつま芋	御飯	スープ 八宝菜 バンサンスウ (果物)	牛乳 パインケーキ	米 小麦粉 ごま油 マーガリン 春雨	豆腐 なたと 卵 豚肉	えのき 白菜 人参 筍 胡瓜 キャベツ
31 金	麦茶 せんべい	御飯	味噌汁 魚のタルタルソース もやしハムドレッシング (果物)	麦茶 ヨーグルト和え	米 油 マヨネーズ	鱈 ハム ヨーグルト	茄子 えのき 玉葱 胡瓜 もやし

◎ 納品の都合により献立内容を変更する場合がございます

作成 栄養士 佐藤

◎ 砂糖は三温糖を使用しています

◎ 出汁はかつおと煮干しからとっています