

日付	10時 おやつ (乳児)	献立	材料名			(○は午後おやつ)	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/食分 (1食当り)
1 水	ビスケット	ごはん、牛乳、焼肉、 コーンサラダ、くだもの	熱と力になるもの 米、油、砂糖、卵ビスケット、 ○しょうゆせんべい	血や肉や骨になるもの 牛乳、豚肉(ロース)、○ (給) ミニフィッシュ	体の調子を整えるもの バナナ、たまねぎ、キャベ ツ、コーン(冷凍)、にんじ ん、しめじ、きゅうり、ピー マン	調味料 焼肉のたれ、酢、しょうゆ	ゼリー 小魚 (未潮児せん べい)	548.6(464.6) 21.4(16.2) 17.0(13.8) 1.3(1.0)
2 木	ビスケット	ごはん、筑前煮、 マカロニサラダ、くだもの	米、○片栗粉、板こんにゃく、 ○のり、さといも、マヨ ドレシ、マヨネーズ、砂糖、 油、こま油、○こぼ、○せ んべい	○牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、(給) すこやかプレー ンさつま揚げ、○ツナ油漬 缶、チーズ、(給) 無塩せ きロースハム	オレンジ、にんじん、だい こん、りんご、りんご、○た まねぎ、コーン(冷凍)、 きゅうり、○ねぎ、○にら、 しいたけ、さやえんどう、こ ぼろ	しょうゆ、○酢、○しょう ゆ、和風だし、素	牛乳 にらチヂミ	584.5(479.9) 20.9(16.9) 19.6(15.5) 1.2(1.0)
3 金	ビスケット	ごはん、牛乳、ハヤシライス、 わかめサラダ、くだもの	米、○しょうゆせんべい、 油、○ビスケット	牛乳、○ソール元氣ヨー ーグ、豚肉(薄)、ツナ油漬	たまねぎ、バナナ、にんじ ん、きゅうり、にんじん、 トマト、しめじ、きゅうり、 グリーンピース(冷凍)、カッ トわかめ	ハヤシルツ、酢、しょうゆ	ヨーグルト せんべい	627.7(515.4) 24.7(20.2) 24.5(20.3) 2.3(1.9)
4 土	せんべい	ごはん、ひき肉カレー、 ブロッコリーサラダ、くだもの	米、じゃがいも、○しょう ゆせんべい、油、こま、○し ょうゆせんべい	○牛乳、鶏ひき肉	ブロッコリー、オレンジ、た まねぎ、にんじん、コーン (冷凍)	S&Bアレルゲンフリーカ レーフレーク、酢、しょうゆ	牛乳 せんべい	563.5(433.0) 18.5(14.5) 17.5(13.8) 1.9(1.5)
6 月	ビスケット	ごはん、牛乳、さんまの梅煮、 はるさめスープ、中華きゅうり、 くだもの	米、○(給) ベストいちごプリ ン(卵乳大豆不使用)、○ ビスケット、はるさめ、砂 糖、こま油、○ビスケット	牛乳、(給) さんまの梅煮、 豚肉(薄)	バナナ、はくさい、きゅう り、にんじん、干しいたけ	しょうゆ、酢、中華だし、 素、食塩	〈給〉ベスト いちごプリン(卵 乳大豆不使用) ビスケット	544.6(463.9) 18.8(16.1) 17.7(15.5) 1.7(1.5)
7 火 行事食	せんべい	ミニおにぎり(鮭ゴマ)、そうめん、 牛乳、からあげ(カレー風味)、 セタサラダ、くだもの	○(給) 天の川ゼリー、干 そうめん、米、○ビスケッ ト、片栗粉、マヨドレシ、油、 こま、○しょうゆせんべい	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、 ツナ油漬、(給) やさしい 海の型型スライスなど、さ け	ずいか、レタス、コーン(冷 凍)、きゅうり、トマト、オ クラ	めんつゆ・ストリート、し ょうゆ、油、カレー粉	〈給〉天の川 ゼリー ビスケット	527.1(441.0) 21.3(17.5) 17.7(13.7) 2.4(2.7)
8 水	ビスケット	ごはん、親子煮、 ゆでブロッコリー、くだもの	じゃがいも、米、○蜜糖フ レーク、マヨドレシ、砂糖、 こま、○ビスケット	○牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、卵、凍り豆腐、いわし の干し	ブロッコリー、キウイフル ー、たまねぎ、にんじん、 しいたけ、あおのり	しょうゆ、めんつゆ・3倍 濃、和風だし、素	牛乳 黒糖フークレ エ	590.7(451.5) 22.9(17.8) 16.1(13.0) 1.8(1.3)
9 木	せんべい	ごはん、八宝菜、 かぼちゃの甘煮、くだもの	米、○さつまいも、○油、 油、片栗粉、砂糖、こま油、 ○しょうゆせんべい	○牛乳、豚肉(薄)、(給) す こやか冷凍なると、ゆで大 豆	かぼちゃ、キウイフルーツ、 もやし、チンゲンサイ、にん じん、たけのこ(ゆで)、し しいたけ	しょうゆ、中華だし、素、 食塩、○食塩	牛乳 さつまス ティック	522.8(430.5) 18.0(14.6) 15.2(12.1) 1.3(1.1)
10 金	ビスケット	ごはん、レバーのケチャップあえ、 切り干し大根、くだもの	米、○あんパン(薄皮タイ プ)、しらこぼし、油、片栗 粉、砂糖、○ビスケット	○牛乳、鶏レバー、凍り豆腐	グレープフルーツ、にんじ ん、ゆり干しだいこん、しい たけ、いわし、しょうが	ケチャップ、しょうゆ、中華 ソース、油、和風だし、素	牛乳 ミニパン	562.5(425.6) 24.1(18.6) 15.0(11.8) 1.6(1.3)
11 土	せんべい	豚丼、ツナあえ、くだもの	米、○しょうゆせんべい、マ ヨドレシ、油、こま、○し ょうゆせんべい	○牛乳、豚肉(薄)、ツ ナ油漬	チンゲンサイ、たまねぎ、オ レンジ、ねぎ、にんじん、 カットわかめ、にんこ、 しょうが	しょうゆ、みりん	牛乳 せんべい	538.6(407.1) 19.3(14.4) 20.6(15.3) 1.2(0.9)
13 月	ビスケット	ごはん、カレー肉じゃが、 ツナあえ、くだもの	じゃがいも、米、○(給) 厚 揚げドックミニ(チーズ、 しらこぼし、砂糖、油、○ビ スケット	○牛乳、豚肉(薄)、ツ ナ油漬、いわし(煮干し)	バナナ、たまねぎ、キャベ ツ、にんじん、きゅうり、い んげん、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酢、和 風だし、素、カレー粉	牛乳 (給) 厚 揚げドック(チ ーズCa)	596.4(516.4) 20.6(17.4) 21.6(18.9) 1.7(1.4)
14 火	せんべい	ごはん、鶏肉の照り焼き、 五目あえ、くだもの	米、○片栗粉、砂糖、油、○ 砂糖、○バター、こま、○ しょうゆせんべい	○牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、○チーズ、油揚げ	バナナ、たまねぎ、○かば ちゃ、もやし、ほうれんそ う、コーン(冷凍)、にんじ ん	しょうゆ、みりん、酒、○ しょうゆ	牛乳 かぼちゃのお やき	586.5(481.5) 24.3(19.6) 20.5(16.3) 1.4(1.1)
15 水 夏祭り	ビスケット	焼きそば、牛乳、からあげ、 フライドポテト、中華きゅうり、 くだもの	ゆで中華そば、○(給) ガリ ガリカツ(給食用)、フライ ドポテト、油、片栗粉、砂 糖、こま油、○ビスケット、 (給) ベストいちごプリン(卵 乳大豆不使用)	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、 豚肉(薄)	ずいか、きゅうり、キャベ ツ、にんじん、たまねぎ、も やし、あおのり	中華ソース、しょうゆ、酢、 油、食塩	〈給〉ガリガ リカツ(給食用) (未潮児(給) ベ ストいちごプリン(卵 乳大豆不使用))	519.2(458.9) 19.3(15.6) 25.0(20.5) 1.5(1.3)
16 木	せんべい	ごはん、牛乳、スパニッシュオムレツ、小 松菜の納豆あえ、くだもの	米、じゃがいも、油、○し ょうゆせんべい	牛乳、絹豆腐、チーズ、 きろーハム、凍り豆腐、い わし干し	○りんご、高橋果実、○どう も、にんじん、きゅうり、 にんじん、たまねぎ、ピー マン	ケチャップ、しょうゆ、こ し	りんごジュ ース ゆでとうも ろこ	548.9(451.4) 21.3(17.2) 15.4(12.2) 1.0(0.8)
17 金	ビスケット	ごはん、魚のきのこあんかけ、 鶏ささみときゅうりのあえもの、 くだもの	米、○(給) お米deス ーパート、片栗粉、油、砂 糖、こま油、○ビスケット	○牛乳、さけ、鶏ささみ、米 みそ(赤色辛みそ)	グレープフルーツ、きゅう り、にんじん、たまねぎ、 しめじ、えのきたけ、ピー マン	しょうゆ、中華だし、素	牛乳 (給) お米de スーパートポテ ト	541.1(462.5) 27.1(22.2) 16.7(13.9) 1.1(0.9)
18 土	せんべい	けんちんうどん、 ゆでブロッコリー、くだもの	ゆでうどん、○しょうゆせん べい、さといも、板こんに ゃく、マヨドレシ、油、こま、○ しょうゆせんべい	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)	ブロッコリー、オレンジ、は くさい、だいこん、にんじ ん、こぼろ	しょうゆ、めんつゆ・3倍 濃、和風だし、素	牛乳 せんべい	489.8(382.1) 21.9(17.2) 17.6(13.9) 1.9(1.5)
20(月)		海の日						
21 火	せんべい	ごはん、夏野菜キーマカレー、 コールスロー、くだもの	米、○マカロニ、マヨドレシ、 ○砂糖、油、○しょうゆせん べい	○牛乳、鶏ひき肉、(給) 無 塩せきロースハム、○き な粉	たまねぎ、キャベツ、オン ジ、にんじん、ホルトマ ト、なす、きゅうり、ピー マン、コーン(冷凍)、し ょうが、にんにく	カレー粉、中華ソース、○ 食塩、食塩、こしょう	牛乳 マカロニあ べ かわ	565.7(464.9) 23.5(19.0) 23.0(18.3) 1.5(1.3)
22 水	ビスケット	ごはん、魚のみそ焼き、 もやしサラダ、くだもの	米、○コーンフレーク、油、 砂糖、こま、○ビスケット	○牛乳、さけ、(給) 無塩 せきロースハム、米みそ(赤 色辛みそ)	もやし、グレープフルーツ、 きゅうり、にんじん	酢、しょうゆ、みりん	牛乳 コーンフレ ーク	458.9(381.5) 23.2(18.8) 11.0(9.1) 1.4(1.2)
23 木	せんべい	ロールパン、 夏のスパゲティーミートソース、 グリーンサラダ、くだもの	○米、ロールパン、スナゲ ティ、油、こま、○しょう ゆせんべい	○牛乳、鶏ひき肉、ゆで大豆	パイン缶、たまねぎ、レタ ス、トマト、なす、きゅう り、ピーマン、にんじん、 エリンギ、○塩こんぶ	ケチャップ、ピーパー、み りん、酢、しょうゆ	牛乳 おにぎり (塩昆布)	546.9(422.0) 21.9(16.8) 13.2(9.6) 2.1(1.6)
24 金	ビスケット	ごはん、牛乳、 チキンカツ(ポイルキャベツ)、 チンゲンサイの骨太あえ、くだもの	米、○(給) Ca&鉄入りお こめリングゼロしょうゆ味、 油、小麦粉、パン粉、砂糖、 こま、○ビスケット	牛乳、○ヨーグルト(加糖)、 鶏むね肉(皮付)、油揚げ、 しらす干し	チンゲンサイ、バナナ、キャ ベツ、にんじん	中華ソース、しょうゆ、食 塩、こしょう	ヨーグルト (給) Ca&鉄 入りおこめリ ング	554.8(474.6) 25.2(21.0) 16.5(13.7) 1.4(1.2)
25 土	ビスケット	ごはん、ハヤシライス、 ブロッコリーサラダ、くだもの	米、○しょうゆせんべ い、油、こま、○ビ スケット	○牛乳、豚肉(薄)	ブロッコリー、たまね ぎ、オレンジ、ホル トマト缶、にんじん、し めじ、グリーンピース(冷 凍)	S&Bアレルゲンフリーハ ヤシフレーク、酢、し ょうゆ	牛乳 せんべい	570.9(465.9) 19.1(15.3) 19.5(16.2) 2.7(2.1)
27 月	せんべい	ごはん、 白身魚のユーリンチーソース、 ちくさあえ、くだもの	米、○(給) お米deプ レーリタルト、片栗粉、油、 砂糖、はるさめ、こま油、こ ま、○しょうゆせんべい	○牛乳、かれい	ぶどう、もやし、ほうれんそ う、きゅうり、ねぎ、にん じん、にんにく、しょうが	酢、しょうゆ、油、食塩	牛乳 (給) お米de プレーリタ ルト	563.8(480.0) 20.0(16.3) 19.4(16.2) 1.1(0.9)
28 火	ビスケット	カレーうどん、 トマト入り中華あえ、 飲むヨーグルト、くだもの	ゆでうどん、○米、はるさ め、片栗粉、○こま油、こ ま、砂糖、○ビスケッ ト	○牛乳、ジョア(プレー ン)、豚肉(薄)、(給) 無 塩せきロースハム、○しら す干し	ほうれんそう、オレンジ、ト マト、たまねぎ、コーン(冷 凍)、しめじ、きゅうり、に んじん	カレー粉、しょうゆ、み りん、○しょうゆ、和風だ しの素	牛乳 じゃこおに ぎり	526.7(447.4) 22.1(18.5) 13.8(11.4) 2.4(2.0)
29 水	ビスケット	ごはん、夏のマーボー豆腐、 ナムル、くだもの	米、○スナック菓子(コー ン)、油、砂糖、こま油、○ ビスケット	○牛乳、木綿豆腐、鶏ひき 肉、鶏ささ身、ゆで大豆	ずいか、もやし、にら、ね ぎ、なす、たけのこ(ゆ で)、きゅうり、にんじん、 しいたけ	マーボー豆腐の素(レトル トパウチ)、酢、しょうゆ	牛乳 お菓子	516.0(424.9) 22.2(17.3) 19.5(15.8) 1.4(1.1)
30 木	せんべい	ごはん、柳川風煮、 チンゲンサイの中華風おひたし、 くだもの	米、○じゃがいも、○片栗 粉、こま油、○砂糖、○バ ター、こま、油、砂糖、○ しょうゆせんべい	○牛乳、鶏、豚肉(薄)、○ チーズ、○(給) 無塩せ きロースハム、凍り豆腐、い わし(煮干し)	バナナ、チンゲンサイ、たま ねぎ、もやし、にんじん、ほ うれんそう、こぼろ、○あ おのり	しょうゆ、油、和風だ しの素、○しょうゆ	牛乳 手おやき(ハ ムチーズ)	523.4(431.0) 21.6(17.4) 17.1(13.6) 1.4(1.1)
31 金	ビスケット	ごはん、からあげ(カレー風味)、 みかんサラダ、くだもの	米、○しょうゆせんべい、 油、片栗粉、砂糖、○ビ スケット	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)	バナナ、キャベツ、みかん 缶、きゅうり、にんじん、干 しいたけ	しょうゆ、酢、カレー粉、 油、食塩	牛乳 せんべい	530.8(428.0) 17.8(14.2) 19.8(16.1) 1.0(0.8)

～～食材の調達や保育園の行事等の事情により、献立が変更になる場合があります。～～

7 災害に
そなえよう

