



日	曜	午前おやつ	献立	午後おやつ	食材名	
1	水	米粉ロールクッキー	ロールパン 鶏肉のりんごソース煮 切干大根とひじきのマヨサラダ 夏野菜スープ 冷凍みかん	ミルク かぼちゃドーナツ	ロールパン 鶏肉 玉ねぎ りんご 切干大根 ひじき ツナ キャベツ きゅうり ズッキーニ トマト なす 人参 みかん かぼちゃ 豆乳 薄力粉 他	
2	木	カルシウムかりんとう	タコライス レモン醤油和え メロン	ミルク チーズフレンチトースト	豚ひき肉 玉ねぎ トマト 人参 にんにく しょうが コーンフレーク キャベツ アスパラガス きゅうり メロン 食パン 牛乳 卵 カルピス スライスチーズ 他	
3	金	牛乳 おやつ昆布	【七夕会】七夕そうめん 星型ハンバーグ 短冊サラダ 七夕ゼリー	星型パンナコッタ	そうめん 人参 オクラ きゅうり かまぼこ ハンバーグ だいこん 七夕ゼリー 牛乳 生クリーム もも缶 さくらんぼ 他	
4	土	ミニビスケット	ソース焼飯 田舎汁 果物	野菜ジュース 一口しょうゆせんべい	豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 鶏肉 じゃが芋 こんにゃく ごぼう ねぎ 他	
6	月	牛乳 小魚	ご飯 魚のゴマみそ焼き おかかマヨあえ さっぱりスープ すいか	ミルク サクサクごぼう	鯖 きゅうり 小松菜 コーン 人参 もやし 干し椎茸 すいか ごぼう 他	
7	火	星型せんべい	他人丼 アスパラのごま和え ひじき煮 パナナ	ゼリー白玉 カルシウムウエハース	豚肉 玉ねぎ 人参 干し椎茸 卵 アスパラガス キャベツ コーン ひじき 油揚げ いんげん ごぼう ねぎ パナナ 絹豆腐 パイン 他	
8	水	乗り物せんべい	ご飯 魚の味噌焼き カレーマリネ もずくスープ オレンジ	ミルク マシュマロサンド	鮭 みそ 春雨 キャベツ きゅうり 大根 小松菜 玉ねぎ 人参 干し椎茸 もずく オレンジ クラッカー マシュマロ 他	
9	木	お米スナック	【収穫祭】夏野菜カレー かみかみサラダ ミントマト すいか	ミルク わらびもち	豚肉 じゃが芋 かぼちゃ 玉ねぎ なす 人参 トマト キャベツ きゅうり するめ コーン ミントマト すいか わらび餅粉 きな粉 他	
10	金	型抜きチーズ	ご飯 じゃこふりかけ 夏野菜のコンソメ煮 もずく入りサラダ オレンジ	ミルク 黒ごま団子	ちりめんじゃこ 豚肉 ウインナー じゃが芋 人参 玉ねぎ なす ピーマン ブロッコリー キャベツ きゅうり もずく ツナ わかめ オレンジ 白玉粉 絹豆腐 他	
11	土	クラッカー	スパゲティナポリタン 栄養たっぷりスープ 果物	枝豆じゃこおにぎり	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ じゃが芋 キャベツ 小松菜 枝豆 ちりめんじゃこ 青しそ 他	
13	月	ソフトせんべい	ご飯 ごまひじきふりかけ アジの竜田揚げ じゃがいものごま酢和え なすのお味噌汁 冷凍みかん	ミルク かぼちゃの蒸しケーキ	ひじき 鱈 しょうが じゃが芋 きゅうり かまぼこ キャベツ 人参 木綿豆腐 油揚げ なす たら みかん かぼちゃ 豆乳 他	
14	火	カルシウムウエハース	【誕生会】三色サンド ボイル野菜 星のコロッケ ミネストローネ ムース	アイスクリーム	食パン ツナ きゅうり いちごジャム マーガリン アスパラガス かぼちゃ 星のコロッケ ベーコン じゃが芋 ズッキーニ 玉ねぎ トマト 人参 アイスクリーム 他	
15	水	ビスケット	コーンご飯 ポークビーンズ 野菜のマヨ焼き メロン	ミルク ごまのクラッカー	コーン パセリ 豚肉 水煮大豆 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト ズッキーニ なす ピーマン ツナ アスパラガス かぼちゃ メロン 黒ごま 他	
16	木	一口しょうゆせんべい	冷やし中華 餃子 白雪サラダ ゆでとうもろこし プルーン	ミルク ピザトースト	中華めん もやし きゅうり ハム 人参 ぎょうざ おから 赤ピーマン しめじ とうもろこし プルーン 食パン なす トマト 玉ねぎ ピーマン ツナ チーズ 他	
17	金	乳酸菌飲料	ご飯 鶏のレモン焼き グリーンサラダ 冬瓜スープ すいか	ミルク 焼きビーフン	鶏肉 アスパラガス キャベツ きゅうり 玉ねぎ 干しぶどう 木綿豆腐 とうがん チンゲンサイ えのきたけ わかめ すいか 豚肉 ビーフン 椎茸 キャベツ ピーマン	
18	土	カルシウム入りかりんとう	豚そぼろご飯 具だくさんお味噌汁 果物	わかめおにぎり	豚ひき肉 凍り豆腐 コーン 干し椎茸 グリンピース こんにゃく 木綿豆腐 ごぼう 人参 椎茸 ねぎ わかめ 他	
20	月	クラッカー	ご飯 鯖の野菜衣揚げ ごぼうサラダ 冬瓜のみそ汁 冷凍ピーチ	ミルク カルシウムクッキー	鯖 人参 玉ねぎ 青しそ ツナ きゅうり ごぼう コーン 油揚げ とうがん ねぎ 黄桃缶 青のり ちりめんじゃこ 他	
21	火	牛乳 おやつ昆布	鰻寿司 いか天ぷら いんげんの胡麻和え すまし汁 メロン	ジュースポンチ チーズ(3上のみ)	うなぎのかば焼 かんぴょう 人参 干し椎茸 さやえんどう いか天ぷら いんげん 木綿豆腐 おくら しめじ メロン りんごジュース パイン 黄桃缶 みかん缶 さくらんぼ	
22	水	野菜ジュース かぼちゃせんべい	ご飯 ごまひじきふりかけ 肉じゃが ごまちく和え 冷凍みかん	ミルク ゆでとうもろこし	ひじき かつお節 ちくわ 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく グリンピース キャベツ きゅうり しめじ みかん とうもろこし 他	
23	木	海の日				
24	金	スポーツの日				
25	土	せんべい	ドライカレー 春雨スープ 果物	野菜ジュース メープルビスケット	豚ひき肉 玉ねぎ ミックスベジタブル 干し椎茸 干しぶどう 春雨 キャベツ にら 人参 他	
27	月	幼児用ビスケット	ご飯 中華風ローストチキン 切干大根とひじきのトマト煮 夏野菜のみそ汁 プルーン	ミルク じゃこマヨパン	鶏肉 玉ねぎ にんにく 切干大根 ひじき 人参 なす しめじ しらたき いんげん オクラ トマト かぼちゃ プルーン 絹豆腐 ちりめんじゃこ ピーマン 他	
28	火	りんごジュース カルシウムせんべい	マーボー麺 ナムル 揚げ茄子 すいか	ミルク ひじきおにぎり	中華めん 豚ひき肉 しょうが 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 干し椎茸 ねぎ 切干大根 もやし きゅうり なす かつお節 すいか 油揚げ ひじき ごぼう グリンピース 他	
29	水	野菜ジュース プルーン	ご飯 さばの香味焼き 豚肉となすの味噌炒め うどん汁 冷凍ピーチ	ミルク じゃがいも団子	鯖 玉ねぎ しょうが にんにく 豚肉 なす 人参 ピーマン 舞茸 うどん えのきたけ わかめ にら 黄桃缶 じゃが芋 白玉粉 他	
30	木	とうもろこしチップス	さんまの蒲焼丼 レモン醤油和え レタススープ 冷凍みかん	冷やしラーメン	さんま アスパラガス キャベツ きゅうり 人参 レモン 玉ねぎ レタス えのきたけ みかん 中華麺 なたと コーン 他	
31	金	コーンクッキー	クロワッサン 揚げ豚の梅肉だれかけ かぼちゃのサラダ 野菜スープ オレンジ	ミルク ポテトポンドケーキ	クロワッサン 豚肉 なす 練り梅 かぼちゃ コーン きゅうり ツナ 玉ねぎ トマト 人参 しめじ オレンジ じゃが芋 豆乳 他	

※ 都合により献立を変更することがあります
 ※ 今月は愛情弁当はありません



☆クッキングのお知らせ☆

- 9日にばらぐみさん、ゆりぐみさんが、園で収穫した野菜を使って、夏野菜カレーを作ります♪
- 13日にばらぐみさん、15日にゆりぐみさんが、紫キャベツを使ったゼリー作りをします。紫色のゼリーにレモン汁の入ったシロップをかけると、さあどんな色に変身するか、お楽しみですよ♪
- 16日にさくらぐみさん、すみれぐみさんが、園で収穫した野菜を使って、ピザトーストを作ります♪