



| 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 ミニトマト 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 ミニトマト 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♪