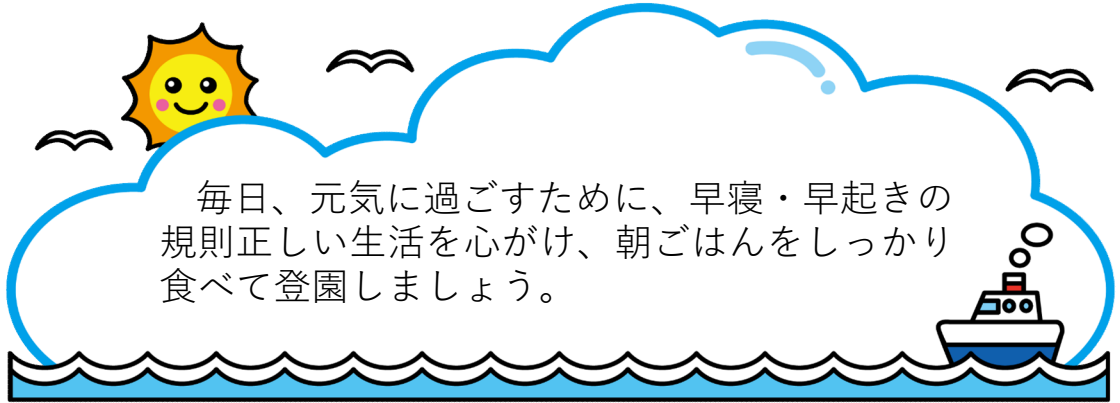




日	曜	こ ん だ て め い		血 や 肉 に なる 食 品 (赤)	か ら だ の 調 子 を よ く す る 食 品 (緑)	は た ら く 力 に なる 食 品 (黄)	10時 未満児 おやつ	14時 未満児幼児 おやつ	備 考
1	土	おかかおにぎり 幼) 鮭おにぎり 牛乳 みかんゼリー					ふんわりコーン	ポテトフライ	
3	月	ごはん 牛乳	春巻 チンゲン菜の中華炒め 八宝湯	牛乳 はるまき (とりにく)  とりにく えび	はるまき (たけのこ たまねぎ にんじん キャベツ) チンゲンサイ もやし にんにく キャベツ たけのこ にんじん しいたけ	ごはん はるまき (こむぎこ) あぶら ごまあぶら でんぶん	赤ちゃんせんべい	いちごクレープ	
4	火	ごはん 牛乳	お好みはんぺん 大豆の五目煮 沢煮椀 おかかふりかけ	牛乳 はんぺん (さかなすりみ) だいず こんぶ とりにく ぶたにく おかかふりかけ	にんじん さやいんげん はんぺん (にんじん キャベツ とうもろこし) たまねぎ だいこん にんじん えのきたけ	ごはん さとう 	とうもろこしスナック	カステラドーナツ	
5	水	パンズパン 牛乳	メンチカツ キャベツソテー オニオンスープ	牛乳 メンチカツ (ぶたにく とりにく) ベーコン (ぶたにく)	メンチカツ (キャベツ) キャベツ にんにく たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	パンズパン メンチカツ (こむぎこ) さとう あぶら オリーブあぶら	しらすせんべい	クラッカー	
6	木	ごはん 牛乳	五目ごはん いわしの梅煮 豆腐のみそ汁	牛乳 とりにく いわしのうめに (いわし) とうふ みそ	ごぼう にんじん しいたけ いわしのうめに (うめ) たまねぎ えのきたけ	ごはん あぶら さとう じゃがいも	むらさき芋せんべい	幼) ソイアイス 未) 豆乳プリン	
7	金	中華麺 牛乳	パイタンラーメン 揚げたこやき  カットコーン	牛乳 ぶたにく なんと たこやき (たこ)	もやし にんじん ねぎ たけのこ たこやき (キャベツ) とうもろこし	ちゅうかめん たこやき (こむぎこ) あぶら	かぼちゃポーロ	おととと (しお)	
8	土	鮭おにぎり 幼) 昆布おにぎり 牛乳 りんごゼリー		 毎日、元気に過ごすために、早寝・早起きの規則正しい生活を心がけ、朝ごはんをしっかりと食べて登園しましょう。 			たべっこBABY	コーンスナック (ソース)	
10	月	おかかおにぎり 幼) 梅おにぎり 牛乳 ぶどうゼリー					赤ちゃんせんべい	おにぎりせんべい	簡易給食
12	水	鮭おにぎり 幼) ツナマヨおにぎり 牛乳 ヨーグルト					しらすせんべい	ポテトフライ	簡易給食
13	木	おかかおにぎり 幼) 昆布おにぎり 牛乳 野菜果物ゼリー					むらさき芋せんべい	コーンスナック (ソース)	簡易給食
14	金	鮭おにぎり 幼) いなり寿司 牛乳 豆乳プリン					かぼちゃポーロ	ハッピーターン	簡易給食
15	土	おかかおにぎり 幼) ツナマヨおにぎり 牛乳 ももゼリー					ふんわりコーン	ポテトフライ	
17	月	鮭おにぎり 幼) 鶏五目おにぎり 牛乳 いちごヨーグルト					赤ちゃんせんべい	カステラドーナツ	簡易給食
18	火	おかかおにぎり 幼) ツナマヨおにぎり 牛乳 みかんゼリー					とうもろこしスナック	おととと (しお)	簡易給食
19	水	ごはん 牛乳	カレーライス ハンバーグ 福神漬け 一口洋梨ゼリー	牛乳 ぶたにく みそ ハンバーグ (ぶたにく) ふくじんづけ (きゅうり だいこん うり なす れんこん)	にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご ハンバーグ (たまねぎ) キャベツ にんじん	ごはん じゃがいも あぶら カレールウ (こむぎこ) ようなしゼリー	しらすせんべい	豆乳ドーナツ 野菜果物ジュース	
20	木	ごはん 牛乳	大豆とさつまいもの甘辛揚げ キャベツとハムの炒め物 夏野菜のみそ汁	牛乳 だいず ハム (ぶたにく) とうふ みそ	キャベツ にんじん   なす かぼちゃ ねぎ	ごはん でんぶん さつまいも あぶら さとう	むらさき芋せんべい	サッポロポテト	
21	金	ごはん 牛乳	鶏肉の香味焼き かきたま汁 小松菜の炒め物	牛乳 とりにく かまぼこ たまご	しょうが ねぎ にんじん えのきたけ みつば こまつな もやし	ごはん さとう でんぶん あぶら さとう	かぼちゃポーロ	クラッカー	卵除去食 「かきたま汁」
22	土	鮭おにぎり 幼) おかかおにぎり 牛乳 豆乳プリン					たべっこBABY	コーンスナック (ソース)	
24	月	ごはん 牛乳	ビビンバ (肉炒め ナムル) 中華スープ	牛乳 ぶたにく みそ とうふ とりにく	にんにく しょうが もやし ほうれんそう にんじん チンゲンサイ とうもろこし ねぎ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら	赤ちゃんせんべい	サッポロポテト	
25	火	ドッグパン 牛乳	豆腐ナゲット 焼きそば フルーツ和え	牛乳 ナゲット (とうふ さかなすりみ) ぶたにく ちくわ あおのり かつおぶし	ナゲット (たまねぎ) キャベツ にんじん  りんご もも パイナップル レモン	ドッグパン ナゲット (こむぎこ) あぶら やきそば さとう	とうもろこしスナック	幼) かき氷 未) ぶどうゼリー	
26	水	ごはん 牛乳	白身魚のねぎソース ビーフン入り野菜炒め けんちん汁	牛乳 ホキ とりにく かつおぶし とうふ	ねぎ たまねぎ とうもろこし キャベツ にんじん しめじ たまねぎ	ごはん でんぶん あぶら さとう ビーフン	しらすせんべい	ワッフル	
27	木	ごはん 牛乳	鶏肉のから揚げ にんじんしりしり 具だくさん汁	牛乳 とりにく ツナ とりにく あぶらあげ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん だいこん にんじん たまねぎ たけのこ みずな	ごはん でんぶん こめこ あぶら ごまあぶら さとう	むらさき芋せんべい	ハッピーターン	
28	金	ソフト麺 牛乳	肉みそソフト麺 厚焼き玉子 みかんゼリーボンチ	牛乳 ぶたにく はんぺん みそ あつやきたまご (たまご)	たまねぎ にんじん たけのこ しょうが りんご もも パイナップル レモン	ソフトめん あぶら さとう でんぶん みかんゼリー さとう	かぼちゃポーロ	クラッカー	
29	土	おかかおにぎり 幼) 梅おにぎり 牛乳 りんごゼリー					ふんわりコーン	ポテトフライ	
31	月	ごはん 牛乳	さばのしょうゆ麹焼き 肉じゃが ほうれん草の炒め物	牛乳 さば ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにゃく グリンピース ほうれんそう もやし	ごはん じゃがいも あぶら さとう さとう ごまあぶら	赤ちゃんせんべい	幼) いちごジェラート 未) いちごのムース	

※献立について詳しくお知りになりたい方は、保育園までお問い合わせ下さい。

※青果等、使用予定産地をあま市公式ウェブサイトに掲載していますのでご覧ください。

※食材の調達の都合等により、食材及び献立を変更することがあります。

※おやつについては、終売等により変更することがあります。

