

曜	時間帯	材 料 名		24 月	昼食	麦ごはん 擬製豆腐 里芋とツナのサラダ 小松菜のみそ汁 ミニトマト、パイン	米、押麦、水 木綿豆腐、卵、鶏ひき肉、ひじき、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、食塩、油 さといも、ツナ水煮缶、マヨネーズ、しょうゆ こまつな、にんじん、油揚げ、ねぎ、煮干だし汁、みそ エネルギー608kcal 食塩2.5 g
1日土曜日		お 弁 当 の 日			午後おやつ	お菓子、チーズ	
3月	昼食	ごはん 酢豚 おくらとちくわの海苔あえ ミニトマト、オレンジ	米、水 豚肉、醤油、おろししょうが、油、人参、玉ねぎ、じゃが芋、水、砂糖、みりん、食塩、ケチャップ、酢、片栗粉、ピーマン オクラ、ちくわ、焼きのり、酢、しょうゆ、砂糖 エネルギー480kcal 食塩1.7 g	25火	昼食	ジャージャー麺 ニラのマヨネーズ和え バナナ	ビーフン、きゅうり、水、醤油、酒、中華だし、ごま油、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、水、みそ、砂糖、酒、片栗粉 にら、ベーコン、コーン缶、すりごま、砂糖、しょうゆ（うすくち）、マヨネーズ エネルギー682kcal 食塩2.0 g
4火	午後おやつ	ジャーマンポテト、牛乳	じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、パセリ、食塩、こしょう、油		午後おやつ	青のりお麩ラスク、牛乳	焼ふ、油、あおのり、食塩
	昼食	SUNNY SIDE UPのパン ポークビーンズ ひじきと玉ねぎのサラダ ミニトマト、バナナ	ロールパン 豚肉、酒、大豆、じゃが芋、人参、玉ねぎ、油、にんにく、トマト缶詰、ケチャップ、砂糖、洋風だし、水、食塩、パセリ粉 ひじき、ベーコン、たまねぎ、コーン缶、マヨネーズ、酢、食塩 エネルギー510kcal 食塩2.0 g	26水	昼食	栄養満点丼 もずくスープ パイン	豚ひき肉、たまねぎ、ピーマン、えのきたけ、にんじん、油、酒、砂糖、しょうゆ、みりん ベーコン、万能ねぎ、たまねぎ、にんじん、絹ごし豆腐、もずく、卵、ごま油、水、中華だしの素、食塩 エネルギー390kcal 食塩1.6 g
	午後おやつ	ぶどうゼリー、チーズ	粉かんでん、砂糖、水、ぶどう果汁70％飲料		午後おやつ	ぐりとぐらのカステラ、牛乳	ホットケーキ粉、牛乳、卵、メープルシロップ
5水	昼食	豚肉とキャベツのみそ炒め丼 えのきと豆腐のたまごスープ パイン	豚肉、酒、にんにく、しょうが、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、ねぎ、油、米みそ（淡色辛みそ）、砂糖、しょうゆ、米、にんじん えのきたけ、卵、絹ごし豆腐、片栗粉、水、中華だしの素、しょうゆ、みりん、万能ねぎ エネルギー624kcal 食塩2.0 g	27木	昼食	麦ごはん さばのみそ煮 切干大根のごまネーズ いもと青菜の春雨スープ バナナ	米、押麦、水 さば、しょうが、みそ、砂糖、みりん、酒 切り干しだいこん、こまつな、ハム、ごま、砂糖、しょうゆ、マヨネーズ、にんじん じゃがいも、チンゲンサイ、はるさめ、水、中華だしの素、食塩、しょうゆ、にんじん エネルギー542kcal 食塩1.7 g
	午後おやつ	フライビーンズ、牛乳	ゆで大豆、米粉、油、砂糖、しょうゆ		午後おやつ	イチゴヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、いちごジャム
6木	昼食	ミートスパゲティー ポテトサラダ コンソメスープ ミニトマト、ーロゼリー	スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、醤油、食塩、水、米粉、パセリ粉 じゃがいも、ハム、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、コーン缶、マヨネーズ、食塩 じゃがいも、洋風だしの素、パセリ粉、食塩、ベーコン、コーン、たまねぎ、水、にんじん、パセリ粉 エネルギー662kcal 食塩2.3 g	28金	昼食	麦ごはん 大豆の五目煮 きゅうりの酢の物 ミニトマト、バナナ	米、押麦、水 大豆、鶏もも肉、さつま揚げ、昆布、ごぼう、人参、玉ねぎ、板こんにゃく、いんげん、油、和風だしの素、砂糖、醤油 きゅうり、カットわかめ、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、ごま エネルギー593kcal 食塩2.0 g
	午後おやつ	アメリカンドッグミニ、牛乳	ウインナーソーセージ、ホットケーキ粉、ホットケーキ粉、卵、牛乳、油		午後おやつ	マカロニのあべかわ、牛乳	マカロニ、きな粉、砂糖、食塩
7金	昼食	ひじきごはん 鶏のから揚げ 卵のみそ汁 ブロッコリーの塩昆布 パイン	米、ひじき、ツナ水煮缶、油揚げ、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、食塩 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 たまねぎ、にんじん、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ ブロッコリー、塩こんぶ、ごま、ごま油、食塩 エネルギー640kcal 食塩2.9 g	29土	昼食	もずく丼 玉ねぎの味噌汁 パイン	米、もずく、にんじん、コーン、こまつな、豚ひき肉、しょうが、油、酒、しょうゆ、砂糖、みりん たまねぎ、にんじん、油揚げ、木綿豆腐、まいたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、みそ エネルギー644kcal 食塩2.0 g
	午後おやつ	コーンフレーク、牛乳	コーンフレーク	31月	昼食	ごはん ポテトのキャベツ焼き 鉄分サラダ きのこのみそ汁 パイン	米、水 豚ひき肉、マッシュポテト、キャベツ、食塩、片栗粉、油、あおさ ひじき、にんじん、えだまめ、ツナ水煮缶、マヨネーズ、砂糖、コーン、しょうゆ、すりごま たまねぎ、にんじん、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ、まいたけ パイン缶 エネルギー685kcal 食塩2.3 g
8日土曜日		お 弁 当 の 日			午後おやつ	フレンチトースト、牛乳	食パン、卵、砂糖、牛乳、きな粉、砂糖
10日月曜日		お 弁 当 の 日		☆表記の一日の栄養量は3歳以上の幼児で計算しています。 ☆献立は材料の仕入れ状況により変更する場合があります。 実施した献立は玄関に展示しておりますのでお迎えの際に ご確認ください。 ☆アレルギーの申請をされている場合は、原因食品を除去・代替して提供します			
11日火曜日		山 の 日		※8月10日(月)は給食室が改装作業を行うためお弁当の日とさせていただきます。お手数をおかけいたしますが、ご協力 よろしく願いいたします。			
12日(水)～15日(土)予約保育の為お弁当							
17月	昼食	麦ごはん マーボー豆腐 きゅうりの華風サラダ ミニトマト、オレンジ	米、押麦、水 木綿豆腐、豚ひき肉、にら、人参、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、みそ、砂糖、酒、水、片栗粉 きゅうり、にんじん、もやし、しらたき、ハム、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 エネルギー446kcal 食塩1.3 g				
	午後おやつ	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、バナナ、みかん缶、パイン缶				
18火	昼食	SUNNY SIDE UPのパン 魚介のグラタン コンソメスープ ブロッコリーとツナのサラダ パイン	ロールパン えび、たら、たまねぎ、ブロッコリー、バター、洋風だし、食塩、小麦粉、牛乳、とろけるチーズ、パン粉、パセリ粉 キャベツ、ベーコン、コーン缶、水、洋風だしの素、食塩、パセリ粉 ブロッコリー、ツナ油漬缶、卵、マヨネーズ、食塩 エネルギー610kcal 食塩3.3 g				
	午後おやつ	大豆の煮豆、牛乳	ゆで大豆、こんぶ（煮物用）、和風だしの素、砂糖、しょうゆ				
19水	昼食	タコライス 玉ねぎとセロリのスープ パイン	米、豚ひき肉、玉ねぎ、にんにく、しょうが、人参、大豆、ミニトマト、チーズ、コーン、油、カレー粉、洋風だし、ウスターソース、ケチャップ たまねぎ、セロリ、にんじん、水、洋風だしの素、食塩、ベーコン、パセリ粉 エネルギー609kcal 食塩1.6 g				
	午後おやつ	オレンジムース	ゼラチン、水、ヨーグルト(無糖)、砂糖、オレンジ濃縮果汁、生クリーム、オレンジ				
20木	昼食	麦ごはん さわらの塩焼き 小松菜のサラダ とろろ昆布みそ汁 バナナ	米、押麦、水 さわら、食塩 こまつな、にんじん、ベーコン、コーン缶、もやし、しょうゆ、マヨネーズ、ごま 大根、人参、ごぼう、まいたけ、油揚げ、ねぎ、かつおだし汁、みそ、とろろこんぶ、カットわかめ エネルギー549kcal 食塩1.8 g				
	午後おやつ	さつま芋の甘煮、牛乳	さつまいも、砂糖、しょうゆ				
21金	昼食	チキンカレー ズッキーニのコールスロー ミニトマト、バナナ	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、まいたけ ハム、ズッキーニ、コーン缶、食塩、マヨネーズ エネルギー587kcal 食塩2.1 g				
	午後おやつ	ツナパン、牛乳	ホットケーキ粉、牛乳、卵、ツナ水煮缶、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉				
22土	昼食	ブルコギ丼 中華スープ パイン	米、豚ひき肉、醤油、みりん、酒、おろしにんにく、ごま油、玉ねぎ、人参、にら、しょうゆ、砂糖、みそ、片栗粉、油 はるさめ、にんじん、にら、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩、焼きのり				
	午後おやつ	お菓子	エネルギー630kcal 食塩1.8 g				

