

2026年7月 献立表 アップルナースリー南行徳保育園

日付	献立名	食材名					栄養価	補食	栄養価
		昼食	おやつ (〇朝おやつ①昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの			
1	納豆ごはん 鶏ひき肉 小松菜の磯辺和え みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②なまこ(卵不使用)	赤引き納豆、鶏ひき肉、高野豆腐、牛乳	だいこん、たまねぎ、にんじん、ごま、しょうゆ、めんつゆ、わかめ、わかめ、ほうれんそう、長ねぎ、なまこ、バナナ	うるち米、じゃがいも、カラダ油、上白糖、ホットケーキミックス	こいくちしょうゆ、料理酒、本みそ、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット	エネルギー 522kcal たんぱく質 25.0g 脂質 10.7g 炭水化物 88.3g 塩分 1.6g	鶏おにぎり すまし汁	エネルギー 193kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 40.9g 塩分 0.7g
2	ロールパン 豚肉と夏野菜のケチャップ炒め ブロッコリーサラダ ミルクスープ オレンジ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①りんごジュース ②鶏さぼろおにぎり	豚もも肉、牛乳、鶏ひき肉	たまねぎ、なす、がなしめじ、にんじん、ピーマン、黄ピーマン、にんじら、ブロッコリー、コーン缶、ネーブルオレンジ、りんごジュース	ロールパン、上白糖、サラダ油、うるち米	トマトケチャップ、鶏ガラ(粉末)、フレンドレッシング、塩、小麦粉、バゼリ、食塩、ハードビスケット、こいくちしょうゆ	エネルギー 584kcal たんぱく質 22.3g 脂質 15.1g 炭水化物 95.0g 塩分 1.6g	ツナおにぎり みそ汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.9g
3	鶏さそぼ 鶏肉から揚げ 夏野菜の盛り合わせ 冬瓜スープ スイカ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①カルピス ②お菓子	鶏もも肉、木綿豆腐、牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうゆ、たまご、きゅうり、とうかん、わかめ、すいか	中華めん、サラダ油、かたくり粉、とうもろこし、玄穀	鶏さそぼ粉ソース、こいくちしょうゆ、料理酒、鶏ガラ(粉末)、ハードビスケット、カルピス、揚げせんべい、鈴カステラ	エネルギー 651kcal たんぱく質 22.9g 脂質 19.4g 炭水化物 102.8g 塩分 1.6g	鶏さぼろおにぎり みそ汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
4	ご飯 鶏肉の旨煮 ほうれん草の和え物 みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②お菓子	鶏ひき肉、木綿豆腐、牛乳	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、りょくとうもやし、バナナ	うるち米、上白糖、かたくり粉	こいくちしょうゆ、本みそ、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ	エネルギー 539kcal たんぱく質 20.3g 脂質 14.5g 炭水化物 86.7g 塩分 1.6g	鶏おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 40.9g 塩分 0.8g
6	ご飯 豚肉の味噌炒め ほうれん草のナムル すまし汁 ブルーベリー	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②マカロニきな粉	豚もも肉、木綿豆腐、牛乳、きな粉	りょくとうもやし、たまねぎ、しいたけ、にんじん、青ピーマン、ほうれんそう、だいこん、こまつな、あずな、ブルーベリー	うるち米、上白糖、サラダ油、薄力粉、いりこま、マカロニ	米みそ、こいくちしょうゆ、料理酒、穀物粉、かつお・昆布だし、食塩、ハードビスケット	エネルギー 479kcal たんぱく質 22.2g 脂質 13.2g 炭水化物 74.2g 塩分 1.6g	青菜おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 42.3g 塩分 0.8g
7	セツぞめ 鶏肉の照り焼き オクラのおかか和え スイカ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②セツぞめ	ロースハム、卵、鶏もも肉、かつお節、牛乳	きゅうり、にんじん、オクラ、だいこん、すいか、粉チーズ、キャベツ、きゅうり、コーン缶、こまつな、長ねぎ、りんご	そうめん、上白糖、サラダ油	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みそ、料理酒、ハードビスケット	エネルギー 478kcal たんぱく質 23.5g 脂質 17.1g 炭水化物 62.7g 塩分 1.6g	わかめおにぎり すまし汁	エネルギー 182kcal たんぱく質 3.7g 脂質 0.6g 炭水化物 41.1g 塩分 0.9g
8	ご飯 カレーの胡麻照り焼き チンゲン菜の炒め物 すまし汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②ソフトクッキー	カレー、木綿豆腐、牛乳、スキムミルク、プレーンヨーグルト	チンゲンサイ、りょくとうもやし、にんじん、コーン缶、キャベツ、たまねぎ、バナナ	うるち米、いりこま、サラダ油、薄力粉、上白糖、食塩不使用バター	こいくちしょうゆ、本みそ、料理酒、食塩、かつお・昆布だし、ハードビスケット、ベーキングパウダー	エネルギー 508kcal たんぱく質 23.0g 脂質 11.7g 炭水化物 81.7g 塩分 1.6g	鶏おにぎり すまし汁	エネルギー 193kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 40.9g 塩分 0.7g
9	ご飯 和風ミートローフ(卵不使用) アスパラサラダ みそ汁 りんご	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①お菓子 ②鶏おにぎり	鶏ひき肉、木綿豆腐、牛乳、油揚げ、さけ	手ひきさ、たまねぎ、にんじん、がなしめじ、にんじん、ピーマン、きゅうり、コーン缶、こまつな、長ねぎ、りんご	うるち米、パン粉、かたくり粉、いりこま	こいくちしょうゆ、本みそ、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ	エネルギー 674kcal たんぱく質 27.4g 脂質 19.2g 炭水化物 105.7g 塩分 1.6g	ツナおにぎり みそ汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.9g
10	ご飯 赤魚のオニオンソース ブロッコリーの胡麻和え みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②お菓子	赤魚、焼き竹輪、牛乳、ヨーグルト	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、こまつな、あずな、バナナ	うるち米、上白糖、すりこま	料理酒、こいくちしょうゆ、バゼリ、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ	エネルギー 480kcal たんぱく質 17.5g 脂質 17.1g 炭水化物 91.0g 塩分 1.6g	青菜おにぎり すまし汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
11	ご飯 豚肉と豆腐の旨煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②お菓子	木綿豆腐、鶏ひき肉、牛乳	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、きゅうり、バナナ	うるち米、上白糖、かたくり粉	こいくちしょうゆ、本みそ、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ	エネルギー 509kcal たんぱく質 16.6g 脂質 17.1g 炭水化物 86.5g 塩分 1.6g	鶏おにぎり みそ汁	エネルギー 193kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 40.9g 塩分 0.7g
13	ご飯 コロコロサラダ 中華スープ りんご	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①フルーツヨーグルト	鶏ひき肉、牛乳、プレーンヨーグルト、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、たけのこ、青ピーマン、チンゲンサイ、ほうれん草、きゅうり、チンゲンサイ、ほくさい、えのきたけ、りんご、みかん缶、白桃缶、黄桃缶、バナナ	うるち米、こまつな、上白糖、かたくり粉	トマトケチャップ、穀物粉、こいくちしょうゆ、本みそ、料理酒、食塩、かつお・昆布だし、食塩、ハードビスケット	エネルギー 504kcal たんぱく質 25.0g 脂質 12.2g 炭水化物 81.7g 塩分 1.6g	青菜おにぎり すまし汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 42.3g 塩分 0.8g
14	ご飯 ツナの味噌煮 きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 ブルーベリー	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①生乳 ②誕生日ケーキ	さば、鶏ささみ、木綿豆腐、鶏、牛乳、卵、ホイップクリーム	しょうが、わかめ、りょくとうもやし、きゅうり、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、バナナ、みかん缶	うるち米、上白糖、食塩不使用バター、薄力粉	米みそ、料理酒、本みそ、こいくちしょうゆ、穀物粉、かつお・昆布だし、食塩、ハードビスケット、ベーキングパウダー、スライスハム	エネルギー 647kcal たんぱく質 26.5g 脂質 26.5g 炭水化物 83.1g 塩分 1.6g	わかめおにぎり みそ汁	エネルギー 182kcal たんぱく質 3.7g 脂質 0.6g 炭水化物 41.1g 塩分 0.9g
15	ドラッパ キャベツとりんごのサラダ トマト ブルーベリー フルーツ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②きな粉ラスク	鶏ひき肉、牛乳、スキムミルク、きな粉	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんじん、青ピーマン、キャベツ、きゅうり、りんご、トマト、コーン缶、グレープフルーツ	うるち米、サラダ油、食塩、上白糖、食塩不使用バター	カレーソース、マヨネーズ、食塩、小麦粉、鶏ガラ(粉末)、小麦粉、バゼリ、ハードビスケット	エネルギー 408kcal たんぱく質 22.4g 脂質 25.2g 炭水化物 81.3g 塩分 1.6g	鶏おにぎり すまし汁	エネルギー 193kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 40.9g 塩分 0.7g
16	ご飯 すき焼き風煮 ブロッコリーの和え物 みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②おかかおにぎり	豚もも肉、焼き豆腐、卵、牛乳、かつお節	たまねぎ、にんじん、エリンギ、ブロッコリー、コーン缶、こまつな、キャベツ、がなしめじ、バナナ	うるち米、サラダ油、上白糖	こいくちしょうゆ、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット	エネルギー 643kcal たんぱく質 25.7g 脂質 14.1g 炭水化物 105.8g 塩分 1.6g	鶏おにぎり みそ汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.8g
17	ご飯 鶏肉と大根の旨煮 キャベツの和風和え みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①お菓子 ②お菓子	鶏ひき肉、木綿豆腐、牛乳、ヤクルト	だいこん、きんぎょ、にんじん、がなしめじ、キャベツ、きゅうり、チンゲンサイ、たまねぎ、バナナ	うるち米、かたくり粉、こまつな、上白糖	こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ、鉄ブラスエアー	エネルギー 482kcal たんぱく質 18.8g 脂質 6.6g 炭水化物 91.1g 塩分 1.6g	鶏さぼろおにぎり すまし汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
18	ご飯 鶏肉の旨煮 ほうれん草の和え物 みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②お菓子	鶏ひき肉、木綿豆腐、牛乳	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、りょくとうもやし、バナナ	うるち米、上白糖、かたくり粉	こいくちしょうゆ、本みそ、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ	エネルギー 539kcal たんぱく質 20.3g 脂質 14.5g 炭水化物 86.6g 塩分 1.6g	鶏おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 40.9g 塩分 0.8g
21	ご飯 厚揚げ玉子 ひき肉 みそ汁 ブルーベリー	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②奈良漬(卵不使用)	卵、木綿豆腐、ツナ缶、高野豆腐、大豆水煮豆、牛乳	たまねぎ、ミックスベジタブル、手ひきさ、にんじん、ほうれんそう、長ねぎ、だいこん、ブルーベリー	うるち米、上白糖、こまつな、ホットケーキミックス、サラダ油	こいくちしょうゆ、料理酒、食塩、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット	エネルギー 487kcal たんぱく質 17.7g 脂質 15.7g 炭水化物 74.0g 塩分 1.6g	青菜おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 42.3g 塩分 0.8g
22	ご飯 豚の西京焼き 小松菜の煮返し すまし汁 オレンジ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②とうもろこしおにぎり	さけ、油揚げ、木綿豆腐、牛乳	こまつな、はくさい、にんじん、がなしめじ、チンゲンサイ、たまねぎ、ネーブルオレンジ	うるち米、上白糖、とうもろこし玄穀	米みそ、料理酒、本みそ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、食塩、ハードビスケット、昆布だし	エネルギー 587kcal たんぱく質 26.0g 脂質 10.1g 炭水化物 102.0g 塩分 1.6g	わかめおにぎり すまし汁	エネルギー 182kcal たんぱく質 3.7g 脂質 0.6g 炭水化物 41.1g 塩分 0.9g
23	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーのツナサラダ 中華スープ りんご	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②ココアケーキ	鶏もも肉、ツナ缶、牛乳、卵	オレンジマーマレード、ブロッコリー、にんじん、コーン缶、ほうれんそう、たまねぎ、りんご	うるち米、ホットケーキミックス、食塩不使用バター、上白糖	こいくちしょうゆ、料理酒、フレンドレッシング、鶏ガラだし、食塩、ハードビスケット、ピエココア	エネルギー 559kcal たんぱく質 23.7g 脂質 20.9g 炭水化物 75.2g 塩分 1.6g	鶏おにぎり すまし汁	エネルギー 193kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 40.9g 塩分 0.7g
24	いわしの味噌焼 夏野菜の味噌炒め すまし汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①お菓子 ②お菓子	いわし、卵、鶏ひき肉、木綿豆腐、牛乳、ヤクルト	しょうが、さやいんげん、刻みのみ、なす、青ピーマン、にんじん、トマト、こまつな、たまねぎ、バナナ	うるち米、かたくり粉、薄力粉、サラダ油、上白糖	料理酒、こいくちしょうゆ、本みそ、食塩、米みそ、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ、鉄ブラスエアー	エネルギー 560kcal たんぱく質 21.0g 脂質 15.0g 炭水化物 89.2g 塩分 1.6g	ツナおにぎり すまし汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.9g
25	ご飯 豚肉と豆腐の旨煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②お菓子	木綿豆腐、鶏ひき肉、牛乳	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、きゅうり、バナナ	うるち米、上白糖、かたくり粉	こいくちしょうゆ、本みそ、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ	エネルギー 509kcal たんぱく質 16.6g 脂質 12.8g 炭水化物 86.5g 塩分 1.6g	鶏おにぎり みそ汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
27	ご飯 豚肉の生姜焼き キャベツの中華風サラダ みそ汁 オレンジ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②さつまいもの甘煮	豚もも肉、牛乳	たまねぎ、しょうが、キャベツ、きゅうり、生わかめ、にんじん、ほうれんそう、だいこん、あずな、ネーブルオレンジ	うるち米、上白糖、サラダ油、いりこま、こまつな、さつまいも	こいくちしょうゆ、料理酒、穀物粉、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット	エネルギー 497kcal たんぱく質 19.3g 脂質 13.1g 炭水化物 81.4g 塩分 1.6g	鶏さぼろおにぎり みそ汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
28	ご飯 納豆和え(愛知県豊田市) 鯛のムニエル 小松菜のソテー みそ汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②ちんすこう	焼きわり納豆、プロセスチーズ、さけ、木綿豆腐、牛乳	こまつな、りょくとうもやし、にんじん、黄パプリカ、チンゲンサイ、たまねぎ、バナナ	うるち米、上白糖、薄力粉、サラダ油、醤油炒め	バゼリ、こいくちしょうゆ、料理酒、食塩、かつお・昆布だし、米みそ、ハードビスケット	エネルギー 630kcal たんぱく質 28.4g 脂質 20.7g 炭水化物 87.3g 塩分 1.6g	青菜おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 40.9g 塩分 0.8g
29	中華丼 大根サラダ トマト ブルーベリー りんご	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②コーン缶	鶏ひき肉、ツナ缶、卵、牛乳	にんじん、エリンギ、はくさい、りょくとうもやし、だいこん、きゅうり、トマト、こまつな、長ねぎ、りんご、たまねぎ、コーン缶	うるち米、上白糖、かたくり粉、こまつな、いりこま、ホットケーキミックス、サラダ油	こいくちしょうゆ、食塩、鶏ガラ(粉末)、穀物粉、かつお・昆布だし、ハードビスケット、マヨネーズ、バゼリ	エネルギー 521kcal たんぱく質 19.4g 脂質 18.4g 炭水化物 76.5g 塩分 1.6g	わかめおにぎり みそ汁	エネルギー 182kcal たんぱく質 3.7g 脂質 0.6g 炭水化物 41.1g 塩分 0.9g
30	ご飯 鶏肉チャンプルー(沖縄県) 南瓜サラダ わかめスープ バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①牛乳130 ②ツナおにぎり	木綿豆腐、豚もも肉、卵、牛乳、ツナ缶	りょくとうもやし、チンゲンサイ、にんじん、がなしめじ、かぼちゃ、きゅうり、わかめ、はくさい、バナナ	うるち米、サラダ油、上白糖、いりこま	こいくちしょうゆ、鶏ガラ(粉末)、食塩、料理酒、マヨネーズ、かつお・昆布だし、ハードビスケット	エネルギー 651kcal たんぱく質 21.9g 脂質 16.2g 炭水化物 109.7g 塩分 1.6g	鶏おにぎり すまし汁	エネルギー 193kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 40.9g 塩分 0.7g
31	ご飯 鶏肉のごま味噌焼き 三色サラダ すまし汁 バナナ	〇牛乳(午前おやつ) 〇ビスケット(午前おやつ) ①お菓子 ②お菓子	豚もも肉、木綿豆腐、牛乳、ヤクルト	ブロッコリー、にんじん、黄パプリカ、ほうれんそう、バナナ	うるち米、すりこま	米みそ、本みそ、こいくちしょうゆ、フレンドレッシング、かつお・昆布だし、食塩、ハードビスケット、揚げせんべい、鈴カステラ	エネルギー 546kcal たんぱく質 19.5g 脂質 15.3g 炭水化物 74.2g 塩分 1.6g	ツナおにぎり みそ汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.9g

※栄養価は3歳以上児の昼食・昼おやつ合計です

	幼児				乳児			
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
今月の給与量	554kcal	22.0g	15.3g	1.6g	474kcal	18.4g	14.3g	1.4g
給与目標量	578kcal	21.7g	16.0g	1.6g	484kcal	18.2g	13.5g	1.4g

2026年7月 離乳食献立表 アップルナースリー南行徳保育園

		初期	中期	後期・完了期
1	水	10倍粥、鶏肉の煮物 小松菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物 小松菜の煮浸し、みそ汁	納豆ごはん、鶏じゃが 小松菜の磯辺和え、みそ汁
2	木	10倍粥、豚肉の煮物 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	ロールパン、豚肉と夏野菜のケチャップ炒め ブロッコリーサラダ、ミルクスープ
3	金	10倍粥、鶏肉の旨煮 キャベツの煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の旨煮 キャベツの煮浸し、みそ汁	焼きそば、鶏のから揚げ 夏野菜の盛り合わせ、冬瓜スープ
4・18	土	10倍粥、鶏肉の煮物 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	ご飯、鶏肉の旨煮 ほうれん草の和え物、みそ汁
6	月	10倍粥、豚肉の旨煮 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の旨煮 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	ご飯、豚肉の味噌炒め ほうれん草のナムル、すまし汁
7	火	10倍粥、鶏肉の旨煮 大根の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮 大根の煮浸し、すまし汁	七夕そうめん、鶏肉の照り焼き オクラのおかか和え
8	水	10倍粥、魚の煮付け チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	ご飯、カレイの胡麻照り焼き チンゲン菜の炒め物、すまし汁
9	木	10倍粥、豚肉の煮物 キャベツの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物 キャベツの煮浸し、みそ汁	ご飯、和風ミートローフ(卵不使用) アスパラサラダ、みそ汁
10	金	10倍粥、魚の煮付け ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	ご飯、赤魚のオニオンソース ブロッコリーの胡麻和え、みそ汁
11・25	土	10倍粥、豚肉の旨煮 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の旨煮 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	ご飯、豚肉と豆腐の旨煮 チンゲン菜の和え物、みそ汁
13	月	10倍粥、鶏肉の煮物 大根煮、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物 大根煮、すまし汁	ご飯、酢鶏 ココロサラダ、中華スープ
14	火	10倍粥、魚の煮付け 野菜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け 野菜煮、すまし汁	ご飯、サバの味噌煮 きゅうりとわかめの酢の物、すまし汁
15	水	10倍粥、豚肉の煮物 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物 キャベツの煮浸し、すまし汁	ドライカレー、キャベツとりんごのサラダ トマト、コーンスープ
16	木	10倍粥、豚肉の煮物 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	ご飯、すき焼き風煮 ブロッコリーの和え物、みそ汁
17	金	10倍粥、鶏肉の旨煮 野菜煮、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮 野菜煮、すまし汁	焼きそば、鶏のから揚げ 夏野菜の盛り合わせ、冬瓜スープ
21	火	10倍粥、豆腐の煮物 野菜煮、みそ汁	5倍粥、豆腐の煮物 野菜煮、みそ汁	ご飯、厚焼玉子 ひじき煮、みそ汁
22	水	10倍粥、魚の煮付け 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け 小松菜の煮浸し、すまし汁	ご飯、鮭の西京焼き 小松菜の煮浸し、すまし汁
23	木	10倍粥、鶏肉の煮物 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	ご飯、鶏肉のマーメレード焼き ブロッコリーのツナサラダ、中華スープ
24	金	10倍粥、魚の煮付け 野菜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け 野菜煮、すまし汁	いわしの蒲焼丼、夏野菜の味噌炒め トマト、すまし汁
27	月	10倍粥、豚肉の旨煮 キャベツの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の旨煮 キャベツの煮浸し、みそ汁	ご飯、豚肉の生姜焼き キャベツの中華風サラダ、みそ汁
28	火	10倍粥、魚の煮付け 小松菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け 小松菜の煮浸し、みそ汁	ご飯・納豆和え(愛知県豊田市)、鮭のムニエル 小松菜のソテー、みそ汁
29	水	10倍粥、豚肉の煮物 大根煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物 大根煮、すまし汁	中華丼、大根サラダ トマト、卵スープ
30	木	10倍粥、豆腐の旨煮 南瓜煮、すまし汁	5倍粥、豆腐の旨煮 南瓜煮、すまし汁	ご飯、豆腐チャンプルー(沖縄県) 南瓜サラダ、わかめスープ
31	金	10倍粥、鶏肉の旨煮 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	ご飯、鶏肉のごま味噌焼き 三色サラダ、すまし汁

*食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

*個人に合った食材・大きさに刻み提供します。

*昼食は果物が付きます。

*アレルギーのある子には除去・代替食品を使用します。

卵→タンパク質(肉・魚・大豆等) 牛乳を含む献立・菓子類→ミルクノンウエハース・ミルクノンビスケット等

