

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	火		コロッケ キャベツサラダ きのこの中華スープ オレンジ	豚肉 じゃが芋 さつまいも 玉ねぎ 卵 キャベツ ハム コーン チーズ きゅうり 人参 えのき しめじ 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 きな粉トースト
2	水	参加日	鶏マヨネーズ トマト 小松菜の胡麻和え 王様スープ すいか	鶏肉 卵 トマト 小松菜 人参 もやし ごま ベーコン モロヘイヤ 玉ねぎ 豆腐 すいか	牛乳 チーズ	アイスクリーム ウエハース 未満児 ジュース せんべい
3	木	参加日	チンジャオロースー かぼちゃの煮物 小松菜の味噌汁 バナナ	豚肉 生姜 玉ねぎ ビーマン かぼちゃ 小松菜 しめじ ねぎ バナナ	牛乳 ひなあられ	牛乳 マドレーヌ
4	金	川遊び(そら) 布団持ち帰り	焼きししゃも きんぴらごぼう ポイル野菜 ほうれん草の味噌汁 パン	ししゃも ごぼう ビーマン 人参 こんにゃく ごま ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ほうれん草 パン	ヨーグルト	牛乳 かみかみビスケット
5	土				牛乳 サブシ	オレンジジュース 米菓子
7	月	身体測定	冷やしうどん ミニ春巻き ツナの和風サラダ メロン	うどん わかめ ねぎ なたと 春巻きの皮 玉ねぎ 椎茸 豚肉 生姜 春雨 人参 にんにく レタス きゅうり 人参 ツナ コーン メロン	牛乳 スティックパン	グレープゼリー ウエハース
8	火	参加日	揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ グレープフルーツ	ギョーザの皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 卵 わかめ 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	牛乳 ポーロ	牛乳 ジャムフランス
9	水	参加日	焼き魚 野菜ふりかけ きゅうり七もやしのナムル 春雨の中華スープ オレンジ	赤魚 青菜 人参 ごま きゅうり もやし 人参 竹輪 ひじき ごま 春雨 ねぎ 玉ねぎ オクラ かにかま オレンジ	ヨーグルト	牛乳 カナッパ
10	木	交通安全指導 布団持ち帰り	ハヤシライス キャベツのドレッシング和え チーズ バナナ	豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ じゃがいも にんにく キャベツ ブロッコリー きゅうり 人参 ハム チーズ バナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 かみかみボン菓子
12	土				牛乳 米菓子	りんごジュース クラッカー
14	月	お盆	五日焼きそば 野菜のゆかり和え わかめのすまし汁 パン	中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 キャベツ ビーマン 青のり キャベツ きゅうり 人参 梅しそ わかめ 生揚げ 人参 玉ねぎ ねぎ パン	牛乳 レーズンパン	豆乳 ビスケット
15	火		ゴーヤチャンプル フライドポテト ポイル野菜 小松菜の味噌汁 バナナ	ゴーヤ 豆腐 卵 豚肉 人参 ねぎ じゃが芋 コーン ブロッコリー 小松菜 玉ねぎ 人参 バナナ	豆乳 バナナ	おにぎり
16	水	プール指導(そら)	焼魚 竹輪の酢の物 かぼちゃの味噌汁 オレンジ	鮭 ちくわ きゅうり キャベツ もやし 人参 ごま かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ オレンジ	豆乳 ビスケット	ヨーグルト サブシ
17	木		豚肉のハンガリー風煮込み スパゲティ ポイルブロッコリー もやしのコンソメスープ パン	豚肉 トマト 玉ねぎ にんにく バター スパゲティ にんにく パセリ ブロッコリー もやし 玉ねぎ ベーコン パセリ パン	牛乳 ひなあられ	牛乳 甘辛せんべい
18	金	布団持ち帰り	鯖の竜田揚げ 干草和え 煮豆 花魁のすまし汁 バナナ	鯖 しょうが ほうれん草 人参 小松菜 えのきだけ ハム 金時豆 花魁 わかめ 玉ねぎ ねぎ バナナ	牛乳 ほん菓子	牛乳 かみかみ小魚
19	土				牛乳 クラッカー	りんごジュース せんべい
21	月		冷やし中華 チーズサラダ いりこの佃煮 バナナ	中華麺 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 ごま レタス 人参 きゅうり チーズ コーン しらす ごま バナナ	牛乳 カルシウム煎餅	飲むヨーグルト せんべい
22	火	食育の日	★鮭の塩こうじ焼き ★切り干し大根とベーコンの炒め物 高野豆腐の味噌汁 メロン	鮭 米こうじ 切り干し大根 ベーコン もやし ビーマン 荒野豆腐 小松菜 ねぎ メロン	牛乳 バナナ	牛乳 ★ごまじゅこトースト
23	水	誕生会	☆ おめでとぅバイキング	鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 鶏肉 しょうが 食パン 卵 ハム きゅうり きゅうり ブロッコリー レタス すいか	飲むヨーグルト	フルーツパフェ 未満児 フルーツプリ ン
24	木		納豆丼 梅和え すまし汁 メロン	豚肉 納豆 ねぎ 人参 きゅうり もやし ちくわ 梅干し えのき なす 小松菜 メロン	牛乳 ビスケット	牛乳 ジャーマンポテト
25	金	プール納め 布団持ち帰り	豚肉の生姜焼き カニカマの酢の物 おぐらの味噌汁 パン	豚肉 玉ねぎ しょうが にら ごま きゅうり キャベツ 人参 カニかまぼこ ひじき 豆腐 玉ねぎ オクラ ねぎ パン	牛乳 小魚	牛乳 かみかみせんべい
26	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース サブシ
28	月		五日そうめん なすとビーマンの味噌炒め お魚ふりかけ グレープフルーツ	そうめん 人参 もやし 卵 きゅうり ハム 椎茸 豚肉 なす ビーマン しらす ごま グレープフルーツ	牛乳 ロールパン	プリン
29	火		冷やししゃぶしゃぶ ネパネハ三兄弟 キャベツの味噌汁 バナナ	豚肉 きゅうり トマト レタス ごま 納豆 オクラ モロヘイヤ しそ キャベツ 人参 玉ねぎ 油揚げ バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 カルピス蒸しパン
30	水	避難訓練(引き渡し訓練)	はんぺんのチーズはさみ揚げ ドレッシングサラダ オニオンスープ オレンジ	はんぺん チーズ 卵 きゅうり 春雨 トマト ハム コーン レタス 玉ねぎ 人参 ほうれん草 オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 ホットドッグ
31	木		ハンバーグ 海藻サラダ 小松菜の中華スープ パン	豚肉 牛肉 玉ねぎ 卵 牛乳 わかめ 人参 カニかまぼこ 大根 しらす 小松菜 玉ねぎ 人参 ベーコン パン	牛乳 オレンジ	牛乳 マンシュマロサンド

おめでとぅバイキング…チキンライス 鶏のから揚げ サンドイッチ ブロッコリーサラダ すいか

食育の日のサンプル展示は2歳児です。主食（御飯）の量は70gです。
今月の果物はバナナ、すいか、オレンジ、パン、メロン、グレープフルーツを予定しています。
都合により献立を変更する場合があります。
★印は新メニューです。