



献立表

ひよこ組・うさぎ組・りす組

献立作成者 植

日 ノ 順	行事	献立名	10時おやつ 3時おやつ					材料名(昼食・3時おやつ)			
			ストロング	パワー	ヘルシー	その他	ストロング	パワー	ヘルシー	その他	
01 (火)		御飯 甘酢肉団子 ピーマンともやしの炒め物 白菜の和え物	キャベツとトマトのスープ	蒸しとうもろこし セサジミ	豚ひき肉、牛乳、卵	米、小麦粉、きび砂糖、 パン粉、七福米、押麦、 油	はくさい、もやし、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、ピーマン、にんじん、トマト、ごま	濃口しょうゆ、ケチャップ、酢、食塩、洋風だし			
02 (水)		御飯 ししゃもフライ バスタのケチャップソース ほうれん草のごま和え	わかめのみそ汁	豆乳スープ おはぎ	ししゃも、木綿豆腐、あずき(乾)、米みそ(淡色辛みそ)、卵	米、七福米、もち米、砂糖、スパゲティ、油、小麦粉、押麦、マヨネーズ、きび砂糖、パン粉	ほうれん草、にんじん、たまねぎ、こねぎ、ピーマン、ごま、カットわかめ	煮干だし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、食塩			
03 (木)		五目ご飯 鶏肉の照焼 ツナ大根 れんこんのきんぴら	豆腐となすのみそ汁	いりこ ピザ	鶏もも肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ、ツナ水煮缶	うどん、米、七福米、押麦、フレンチドレッシング、きび砂糖	にんじん、れんこん、たまねぎ、だいこん、なす、しめじ、こまつな、ごぼう、こねぎ、糸こんにゃく、ごま	かつお・昆布だし汁、煮干だし汁、みりん、濃口しょうゆ、本みりん、食塩			
04 (金)	お楽しみ会	御飯 鶏のから揚げ きゅうりとわかめのナムル フライドポテト	洋風スープ	バナナ ヨーグルトムース	ヨーグルト(無糖)、鶏もも肉、牛乳、ゼラチン	米、フライドポテト、きび砂糖、油、片栗粉、七福米、押麦、ごま油	もやし、ブルーベリー、きゅうり、キャベツ、たまねぎ、パセリ、しょうが、にんにく、カットわかめ	濃口しょうゆ、本みりん、料理酒、洋風だし、食塩			
05 (土)		豚肉チャーハン 野菜サラダ わかめスープ りんご		菓子 芋もち	豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	七福米、じゃがいも、片栗粉、ごまドレッシング、油、きび砂糖	りんご、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、ピーマン、トマト、きゅうり、こねぎ、あおのり	煮干だし汁、料理酒、濃口しょうゆ、食塩			
07 (月)	七夕献立	七夕そうめん いなり寿司 とうもろこしのかき揚げ パイン		ヨーグルト 七夕ゼリー	鶏ひき肉、卵、うす揚げ	干しそうめん、米、きび砂糖、小麦粉、七福米、押麦	りんご濃縮果汁、パイナップル、にんじん、とうもろこし、たまねぎ、りんご、オクラ、粉かんでん、黒ごま	かつお・昆布だし汁、酢、濃口しょうゆ、みりん、食塩、本みりん			
08 (火)		御飯 鶏マヨ 小松菜のおかか和え 大根の煮物	わかめとたまねぎのみそ汁	りんご 野菜うどん	鶏もも肉(皮付き)、チーズ、花かつお節	米、小麦粉、七福米、押麦、きび砂糖、マヨネーズ、油	たまねぎ、だいこん、こまつな、にんじん、ピーマン、トマト、しめじ、こねぎ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、本みりん、みりん、食塩			
09 (水)		カレーライス マカロニサラダ きのこスープ オレンジ		豆乳スープ クッキー	豚肉(もも)、卵	米、小麦粉、じゃがいも、無塩バター、マカロニ、きび砂糖、油、七福米、押麦、マヨネーズ、砂糖	オレンジ、たまねぎ、にんじん、しめじ、きゅうり、えのきたけ、ピーマン、パセリ	カレールー、洋風だし、食塩			
10 (木)		御飯 ジャポネソースハンバーグ ごぼうときゅうりのマヨネーズ和え ひじきの煮物	麩のみそ汁	バナナ わらび餅	牛ひき肉、豚ひき肉、牛乳、卵、きな粉、うす揚げ	米、わらび餅粉、きび砂糖、パン粉、七福米、押麦、マヨネーズ、焼ふ、砂糖	たまねぎ、にんじん、ごぼう、きゅうり、こねぎ、えのきたけ、ひじき、さやえんどう、しょうが、ごま	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、食塩、酢			
11 (金)		御飯 えびフライ にんじんシリシリ バスタサラダ	厚揚げのみそ汁	粉ふき芋 お誕生日ケーキ	むきえび、牛乳、卵(黄)、卵、生揚げ、生クリーム、ツナ水煮缶、淡色みそ	米、小麦粉、パン粉、きび砂糖、スパゲティ、油、七福米、押麦、無塩バター	にんじん、たまねぎ、きゅうり、いちご、こねぎ、ごま	煮干だし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、酢			
12 (土)		麻婆なす丼 チンゲン菜の和え物 中華スープ オレンジ		菓子 りんご寒天	豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、花かつお節	米、油、砂糖、片栗粉、きび砂糖、ごま油	りんご濃縮果汁、オレンジ、はくさい、にんじん、なす、チンゲンサイ、こねぎ、りんご、粉かんでん、ごま、しょうが、にんにく	料理酒、濃口しょうゆ、洋風だし、食塩			
14 (月)		御飯 さばのみそ煮 小松菜の白和え オクラの納豆和え	もずくのみそ汁	ヨーグルト ひじきおにぎり	さば、木綿豆腐、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、みそ(無添加)	米、七福米、押麦、砂糖、きび砂糖	にんじん、もずく、たまねぎ、こまつな、オクラ、こねぎ、ひじき、ごま、しょうが	みりん、濃口しょうゆ、本みりん、料理酒、食塩			
15 (火)		スタミナ丼 コールスローサラダ なめこのみそ汁 バナナ		りんご ポテトチップス	豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ水煮缶、うす揚げ	米、じゃがいも、油、ごまドレッシング	バナナ、たまねぎ、はくさい、こねぎ、にんじん、キャベツ、なめこ、とうもろこし、にら、糸こんにゃく、ごま、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩			
16 (水)		わかめと夏野菜の冷やしうどん おかかおにぎり とり天 パイン		豆乳スープ ラスク	鶏もも肉、卵、花かつお節	生うどん、米、食パン、無塩バター、きび砂糖、油、小麦粉、七福米	パイナップル、トマト、きゅうり、オクラ、カットわかめ	濃口しょうゆ、本みりん、食塩			
17 (木)		御飯 餃子 3色きんぴら もやしのナムル	だいこんとわかめのみそ汁	バナナ フルーツポンチ	豚ひき肉、みそ(無添加)	米、七福米、押麦、きび砂糖、油、ぎょうざの皮、砂糖、ごま油	オレンジ濃縮果汁、もやし、ごぼう、だいこん、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にら、オレンジ、にんじん、パイナップル、キウイフルーツ、ピーマン、こねぎ、粉かんでん、カットわかめ	煮干だし汁、濃口しょうゆ、料理酒、食塩			
18 (金)	終業式	御飯 照りマヨつくね きゅうりともやしの酢の物 青のりポテト	きのこ豆腐のみそ汁	いりこ バナナ餃子	牛ひき肉、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、卵	米、じゃがいも、ぎょうざの皮、七福米、押麦、きび砂糖、マヨネーズ	バナナ、たまねぎ、もやし、しめじ、きゅうり、えのきたけ、こねぎ、あおのり	煮干だし汁、濃口しょうゆ、みりん、酢、食塩			
22 (火)		わかめご飯 鶏肉のみそ焼 切り干し大根の煮物 はるさめサラダ	ニラ玉スープ	りんご ごまサブレ	鶏もも肉、卵、淡色みそ、うす揚げ	米、小麦粉、無塩バター、砂糖、はるさめ、七福米、押麦、きび砂糖	にんじん、にら、たまねぎ、切り干しだいこん、きゅうり、ごま、いんげん、カットわかめ	濃口しょうゆ、酢、食塩、中華だしの素、こしょう			
23 (水)		御飯 キャベツシュウマイ ひじきの納豆和え 小松菜の和え物	なすのみそ汁	蒸しとうもろこし さつまいもスティック	豚ひき肉、木綿豆腐、納豆、米みそ(淡色辛みそ)	さつまいも、米、砂糖、油、片栗粉、七福米、押麦、きび砂糖、ごま油	ひじき、にんじん、なす、たまねぎ、キャベツ、こまつな、こねぎ、しょうが	煮干だし汁、濃口しょうゆ、料理酒、食塩			
24 (木)		御飯 なすのはさみ揚げ 白菜とほうれん草の和え物 かぼちゃサラダ	豆腐のみそ汁	バナナ わかめうどん	豚ひき肉、木綿豆腐、牛ひき肉、卵、米みそ(淡色辛みそ)、米、牛乳、うす揚げ	米、干しうどん、油、パン粉、小麦粉、七福米、押麦、マヨネーズ、きび砂糖	なす、はくさい、かぼちゃ、ほうれん草、たまねぎ、キャベツ、こねぎ、きゅうり、にんじん、カットわかめ	煮干だし汁、かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、本みりん			
25 (金)		♥タコライス れんこんのサラダ オレンジ そうめん汁		ヨーグルト 肉まん	豚ひき肉、牛ひき肉、牛乳、うす揚げ	米、小麦粉、きび砂糖、七福米、干しそうめん、マヨネーズ、油、ごま油	たまねぎ、オレンジ、キャベツ、れんこん、にんじん、たけのこ、こねぎ、こまつな、干ししいたけ、ひじき	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、カレールー、みりん、ドライイースト、食塩			
26 (土)		チキンライス もやしと小松菜のナムル キャベツスープ オレンジ		菓子 きなこ蒸しパン	鶏ひき肉、きな粉	米、小麦粉、きび砂糖、七福米、押麦、ごま油	オレンジ、もやし、たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、ピーマン	ケチャップ、濃口しょうゆ、洋風だし、食塩			
28 (月)	登園日	ナスのミートスパゲティ ポテトサラダ 野菜スープ パイン		いりこ 海苔巻き	豚ひき肉、牛ひき肉	マカロニ・スパゲティ、じゃがいも、米、きび砂糖、マヨネーズ、油、砂糖	パイナップル、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、ピーマン、焼きのり、うめ干し	ケチャップ、酢、食塩、濃口しょうゆ、洋風だし			
29 (火)		御飯 ダンドリーチキン 青梗菜と人参の和え物 ピーマン	小松菜スープ	豆乳スープ フルーツ寒天	鶏もも肉(皮付き)	米、ビーフン、マヨネーズ、七福米、押麦、きび砂糖、油、ごま油	りんご濃縮果汁、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、パイナップル、こまつな、オレンジ、ピーマン、はくさい、パセリ、粉かんでん	ケチャップ、カレー粉、濃口しょうゆ、洋風だし、料理酒、食塩			
30 (水)		とうもろこしごはん 鶏肉のごま焼 かぼちゃの煮物 オクラのおかか和え	わかめのみそ汁	粉ふき芋 プリン	牛乳、鶏もも肉、卵、米みそ(淡色辛みそ)、花かつお節	米、砂糖、七福米、押麦、きび砂糖	かぼちゃ、オクラ、とうもろこし、だいこん、こねぎ、カットわかめ、いんげん、ごま	煮干だし汁、濃口しょうゆ、みりん			
31 (木)		御飯 さばの塩焼き 白菜納豆 白和え	豚汁	バナナ チャーハン	塩さば、木綿豆腐、豚ひき肉、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、豚肉(もも)、みそ(無添加)、うす揚げ	七福米、米、押麦、油、きび砂糖	にんじん、たまねぎ、ほうれん草、はくさい、糸こんにゃく、ピーマン、だいこん、ごぼう、こねぎ、ごま、あおのり	かつおだし汁、濃口しょうゆ、料理酒、食塩			

※使用食材は地産地消を基本とし調味料、醤油、味噌は国産無添加食品を使用しています。砂糖は基本きび砂糖です。

※その他の食材も安心安全な物を厳選し、調理水は還元水にて調理しています。

※上記の献立・食材は納入状況により変更する場合があります。

※マークは新メニューになります。