

| 日 | 曜 | 未満児おやつ | 行事 | 副食 | 体をつくる(赤) | 熱や力になる(黄) | 体の調子を整える(緑) | おやつ | 行事 |
|----|---|-------------|------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | 土 | 牛乳 ビスケット | | 親子丼 もやしのナムル | 鶏肉・牛乳・卵 竹輪 | 砂糖・片栗粉 ごま油 | 玉ねぎ・人参・小松菜・きゅうり キャベツ・もやし・バナナ | 牛乳 果物・せんべい | |
| 3 | 月 | 牛乳 クラッカー | | 豚肉の生姜焼き 野菜炒め もずく汁 | 豚肉・牛乳・豆腐 いりこ・味噌 魚肉ソーセージ・卵 | 春雨・片栗粉・油揚げ ミックス粉・小麦粉 | 人参・玉ねぎ・キャベツ ピーマン・ニラ・小松菜・エノキ 小ねぎ・もずく | 牛乳 ソーセイジ ドック | |
| 4 | 火 | 牛乳 果物 | 体操教室 | 魚のフライタルタルソースかけ 付け合わせ コンソメスープ | 魚・牛乳・ヨーグルト 卵 | マヨネーズ・薄力粉 パン粉・メロンパン | キャベツ・きゅうり・トマト・白菜 人参・玉ねぎ・エノキ | 牛乳 ミニメロンパン |  |
| 5 | 水 | 牛乳 クッキー | プール開き 行事打ち合わせ | マーボー豆腐 ミモザサラダ 果物 | 牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・卵・豆腐 ちりめんじゃこ | 片栗粉・ごま油 | 人参・玉ねぎ・キャベツ なす・ニラ・干し椎茸・きゅうり ワカメ・スイカ | 牛乳 人参ゼリー |  |
| 6 | 木 | 牛乳 丸ボーロ | | 大豆とひじきの炒め煮 野菜のおかか和え | 豚肉・牛乳・きな粉 大豆・天平・豆腐 | 砂糖・南関揚げ コンニャク・白玉粉 小麦粉・黒砂糖 | 人参・玉ねぎ・ひじき・切干大根 きゅうり・キャベツ・もやし | 牛乳 あべかわ | |
| 7 | 金 | 牛乳 せんべい | 七夕会 | 鶏の照り焼き 短冊サラダ 天の川スープ | 牛乳・鶏肉・卵 カニカマ・ヨーグルト | 砂糖・そうめん・生麩 | 大根・きゅうり・人参・オクラ みかん缶・パイン缶 | 麦茶 七夕 ヨーグルト | |
| 8 | 土 | 牛乳 ウエハース | | 煮込みうどん トマトサラダ | 鶏肉・牛乳・卵 バター | 冷凍うどん・油あげ 小麦粉 | 白菜・玉ねぎ・人参・ワカメ 干し椎茸・ねぎ・きゅうり トマト・バナナ | 牛乳 バナナ ケーキ | |
| 10 | 月 | 牛乳 クラッカー | | ハンバーグ アスパラソテー 南瓜の素揚げ 豆乳味噌スープ | 牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・卵・豆乳・ベーコン いりこ・味噌・豆乳 | パン粉・片栗粉 じゃがいも | 玉ねぎ・人参・チンゲン菜 アスパラ・白菜・南瓜 | 牛乳 じゃがいも もち | |
| 11 | 火 | 牛乳 ビスケット | | 筑前煮 キャベツのピーナッツ和え | 鶏肉・牛乳・天平 ちりめんじゃこ チーズ | 砂糖・コンニャク 米 | ごぼう・人参・大根・いんげん さゆつづ・山芋・キャベツ・小松菜 大根漬け・ピーナッツ | 麦茶 おにぎり |  |
| 12 | 水 | 牛乳 果物 | 避難訓練 | 魚のマヨネーズ焼き 野菜のごま和え ワカメのみそ汁 | 魚・牛乳・豆腐 粉チーズ・きな粉 いりこ・味噌 | マヨネーズ・いりごま 練りごま・砂糖・油揚げ 白玉粉・小麦粉・あんこ | きゅうり・人参・キャベツ・玉ねぎ もやし・エノキ・小ねぎ・ワカメ | 牛乳 みょうが まんじゅう | |
| 13 | 木 | 牛乳 せんべい | 交通指導 | タイピーエン 切干大根の炒め煮 果物 | 豚肉・牛乳・卵 ちりめんじゃこ | 春雨・南関揚げ・ごま油 マシュマロ・フルグラ コーンフレーク | 人参・玉ねぎ・白菜又はキャベツ きくらげ・切干大根・干し椎茸 スイカ | 牛乳 マシュマロ バー | |
| 14 | 金 | 牛乳 クッキー | 英語教室 | 卵のコロッケ 付け合わせ 野菜スープ | 卵・牛乳・豆腐 チーズ | じゃがいも・小麦粉 パン粉・マヨネーズ・油 サンド用食パン | キャベツ・人参・玉ねぎ・白菜 エノキ・小ねぎ・トマト・きゅうり イチゴジャム | 牛乳 ジャムサンド |  |
| 15 | 土 | 牛乳 黒棒 | | スパゲッティナポリタン ドレッシングサラダ | ウインナー・牛乳 粉チーズ | スパゲティ麺 ごまドレッシング クラッカー | 玉ねぎ・人参・なす・しめじ トマト缶・きゅうり・キャベツ レタス・コーン缶 | 牛乳 フルーチェ クラッカー | |
| 18 | 火 | 牛乳 ビスケット | 体操教室 | スペイン風オムレツ マカロニサラダ 豆腐のみそ汁 | 卵・牛乳・ベーコン チーズ・いりこ・味噌 豆腐・マーガリン | マカロニ・じゃがいも マヨネーズ・油揚げ | 人参・玉ねぎ・トマト・ピーマン きゅうり・キャベツ・レーズン 小ねぎ・青のり | 牛乳 手作り クラッカー | |
| 19 | 水 | 牛乳 ウエハース | 誕生会 | 冷やし中華 おいなりさん ヤクルト | ささ身・卵・牛乳 | 中華麺・砂糖・ごま油 白玉粉・小麦粉・米 油揚げ・いりごま | きゅうり・トマト・人参・もやし 干し椎茸・スイカ・バナナ キウイ・桃缶・みかん缶 | 牛乳 フルーツ ポンチ | |
| 20 | 木 | 牛乳 果物 | 移動図書 消毒 | 魚の西京焼き スパゲッティサラダ かきたま汁 | 魚・牛乳・卵・ツナ缶 味噌・チーズ | スパ・マヨネーズ ばん | きゅうり・キャベツ・人参・玉ねぎ エノキ・小ねぎ | 牛乳 パンいろいろ | |
| 21 | 金 | 牛乳 せんべい | 英語教室 | すり身の栄養揚げ マロニーの酢の物 ごぼうスープ | すり身・卵・牛乳 | マロニー・小麦粉・砂糖 油 | 人参・玉ねぎ・ピーマン・白菜 キャベツ・キュウリ・レーズン もやし・ごぼう・ニラ | 牛乳 煮豆 | |
| 22 | 土 | 牛乳 クッキー | | 炒めビーフン きゅうりの即席漬 | 豚肉・牛乳 | ビーフン・砂糖 小麦粉 | キャベツ・玉ねぎ・人参 ピーマン・きくらげ・きゅうり | 牛乳 カップケーキ | |
| 24 | 月 | 牛乳 クラッカー | | 炒り豆腐 しらすの酢の物 果物 | 鶏肉・豆腐・牛乳 かまぼこ・しらす干し 卵・チーズ | 砂糖・ミックス粉 バター | キャベツ・もやし・玉ねぎ 人参・ねぎ・干し椎茸・トマト きゅうり・ワカメ・バナナ | 牛乳 人参と チーズの蒸しパン | |
| 25 | 火 | 牛乳 せんべい | | 魚のホイル焼き かぼちゃの甘煮 白菜のみそ汁 | 魚・牛乳・卵 豆腐・いりこ・味噌 | マヨネーズ・砂糖 油揚げ・小麦粉 | 玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ エリンギ・南瓜・エノキ・小ねぎ 山芋・白菜 | 牛乳 お好み焼き |  |
| 26 | 水 | 牛乳 クッキー | 検便 | ポークビーンズ フレンチサラダ 一口ゼリー | 豚肉・大豆・牛乳 チーズ | じゃがいも・食パン オリーブオイル | キャベツ・人参・玉ねぎ・エリンギ ピーマン・きゅうり・レーズン トマト缶 | 牛乳 ピザトースト |  |
| 27 | 木 | 牛乳 ウエハース | 主任会議 | 豚肉と野菜のみそ炒め トマトときゅうりのツナサラダ | 豚肩ロース肉・牛乳 ツナ | 片栗粉・砂糖 マヨネーズ | キャベツ・人参・玉ねぎ・生姜 ピーマン・きゅうり・なす・トマト | 麦茶 牛乳もち | |
| 28 | 金 | 牛乳 ビスケット | 夏祭り | ビーフカレー・付け合わせ ポテト・唐揚げ 手作りゼリー・シューシー | 牛乳・牛肉・鶏もも身 スキムミルク・卵 | 小麦粉・片栗粉 油・ポテト | 人参・玉ねぎ・なす・キャベツ きゅうり・トマト・葡萄 | かき氷 |  |
| 29 | 土 | 牛乳 チーズ | | 冷やしうどん 果物 | 豚肩ロース肉・牛乳 卵 | 冷凍うどん・ごま油 カステラ | レタス・もやし・トマト きゅうり・バナナ | 牛乳 カステラ | |
| 31 | 月 | 牛乳 ウエハース | 英語教室 | うきうき肉じゃが きゅうりのごま酢和え | 豚肉・天平・牛乳 カニ棒・プロセスチーズ | じゃがいも・糸コンニャク 砂糖・いりごま・ミックス粉 白玉粉・黒ごま | 玉ねぎ・人参・いんげん キャベツ・きゅうり | 牛乳 もちもち チーズぱん | |

*物資購入の等の都合により変更になる場合があります。