

日 曜	未乳児および	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 月	牛乳 クラッカー		炒り豆腐 春巻きの群の物	鶏肉・豆腐・牛乳 かまぼこしらめす干し プロセスチーズ	砂糖・醤油・片栗粉 じゃがいも・マヨネーズ	キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参 小ねぎ・干し椎茸・キャベツ おろし・ワカメ	牛乳 じゃがいも もち	
2 火	牛乳 せんべい	青組 試食会 行事・主任会議	クリームシチュー 厚揚げとしめじの煮め煮 果物	鶏肉・牛乳 練乳・チーズ・スライスした 卵・かぼちゃ・花かつお	じゃがいも・バター 砂糖・小麦粉 塩・油・小麦粉・あんこ	人参・玉ねぎ・いんげん コーン・さし・しんじゆ	牛乳 おからドーナツ	
3 水	牛乳 果物		大豆とひじきの炒め煮 スパゲティサラダ	鶏肉・牛乳・ツナ缶 大豆・美乃汁	青豆・トマト・マヨネーズ 赤コンニャク・揚げ粉 スパゲティ・卵・高菜粉	人参・玉ねぎ・ひじき・干し椎茸 おろし・キャベツ・レーズン	牛乳 黒糖 煎パン	
4 木	牛乳 チーズ	プール開き	魚のマヨネーズ焼き 野菜のごま和え わかめのみぞ汁	魚・牛乳・豆腐 卵・チーズ いりこ・味噌	マヨネーズ・いりこ 練りごま・砂糖・油揚げ 塩・油・小麦粉・あんこ	おろし・人参・キャベツ・玉ねぎ もやし・エノキ・おねぎ・ワカメ 小松菜	牛乳 みょうが まんじゅう	
5 金	牛乳 ビスケット	七夕誕生会	ツナとひじきの和風炊込みご飯 鶏の照り焼き 短冊サラダ 天の川スープ ジューシー	牛乳・鶏肉・ツナ缶 かまぼこ・コーン・トマト 花かつお	赤・白・黒・生・熟 マヨネーズ・おろし・ワカメ 油揚げ	大根・おろし・人参・オクラ レタス・おから缶・ひじき ひじき・ジュシー	麦茶 七夕 ヨーグルト	
6 土	牛乳 魚肉ソーセージ		黒豆みそどん トマトサラダ	鶏肉・牛乳	冷凍うどん・味噌・油揚げ	白菜・玉ねぎ・人参・ワカメ 干し椎茸・ねぎ・おろし・ トマト・パプリカ	牛乳 果物 せんべい	
8 月	牛乳 クラッカー		ハンバーグ アスパラソテー 人参グラッセ フライドポテト 豆乳味噌スー	牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・卵・ウインナー いりこ・味噌・豆乳	パン・粉・片栗粉 じゃがいも・小麦粉 マヨネーズ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜 アスパラガス・白菜・キャベツ 山芋・青のり	牛乳 お好み焼き	
9 火	牛乳 ビスケット	体操教室	ぶり湯の朱實揚げ きゅうりのごま酢和え 野菜スープ	ぶり身・卵・牛乳 かまぼこ・チーズ 鶏肉・めんどう	赤・砂糖・油 いりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン・白菜 キャベツ・おろし・エノキ コーン缶・大根揚げ	麦茶 おにぎり	
10 水	牛乳 ハーベスト	交通指導	タイビーエソ 短干大根の炒め煮 果物	鶏肉・牛乳・卵 ちりめんじゃこ	南蛮揚げ・ごま油 サングラス・パン 春雨・片栗粉	人参・玉ねぎ・白菜又はキャベツ きくらげ・短干大根・干し椎茸 パプリカ・イタダキジャム	牛乳 ジャムサンド	
11 木	牛乳 白い魚船		魚のホイル焼き かぼちゃの甘露 白菜のみぞ汁	魚・牛乳・卵 豆腐・いりこ・味噌	マヨネーズ・砂糖 油揚げ	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ ズッキーナ・南瓜・エノキ・小ねぎ 白菜	牛乳 じんじんゼリー	
12 金	牛乳 せんべい		高野豆腐のピーナツ和え キャベツのビーナツ和え	高野豆腐・牛乳 鶏肉・天平・卵 バター・ピーナツ	じゃがいも・砂糖 小麦粉	玉ねぎ・人参・いんげん おろし・キャベツ・小松菜 もやし・パプリカ	牛乳 バナナ ケーキ	
13 土	牛乳 煎パン		スパゲティナポリタン ドレッシングサラダ	ウインナー・牛乳 チーズ・ヨーグルト	スパゲティ粉 おろし・ワカメ	玉ねぎ・人参・おしめじ トマト缶・おろし・キャベツ ピーマン・レタス・コーン缶	ヨーグルト クラッカー	
16 火	牛乳 クラッカー	体操教室	スペイン風オムレツ マカロニサラダ 豆腐のみぞ汁	卵・牛乳・ウインナー チーズ・いりこ・味噌 豆腐	マカロニ・じゃがいも マヨネーズ・油揚げ 豆腐	人参・玉ねぎ・トマト・ピーマン おろし・キャベツ・レーズン 小ねぎ	牛乳 手作り どらやき	
17 水	牛乳 クラッカー		斑煎餅 せゆしのナムル 納豆	鶏肉・牛乳・天平 竹輪・練乳・きな粉	赤コンニャク・ごま油 片栗粉・高菜粉	人参・大根・ごぼう・山芋 干し椎茸・いんげん・キャベツ おろし・もやし	牛乳 黒糖わらび餅	
18 木	牛乳 せんべい	修習指導 消毒	麻婆豆腐 ミモザサラダ 果物	牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・豆腐・赤味噌 ちりめんじゃこ	片栗粉・ごま油 パン・いりこ	人参・玉ねぎ・トマト・きゅうり なす・ニラ・干し椎茸・ワカメ パプリカ	牛乳 パン・いろい	
19 金	牛乳 果物	英語教室	豚のロコック 付け合わせ ごぼうスープ	卵・牛乳・豆腐 プロセスチーズ	じゃがいも・小麦粉・砂糖 パン・卵・マヨネーズ・油	キャベツ・人参・玉ねぎ・白菜 トマト・おろし・ごぼう・もやし ニラ・煮干豆	牛乳 煮豆	
20 土	牛乳 ビスケット		炒めピーマン 海草サラダ	鶏肉・牛乳 プロセスチーズ	ピーマン・砂糖 ソース粉	キャベツ・玉ねぎ・人参 ピーマン・きくらげ・おろし ワカメ・トマト	牛乳 人参ど チーズの煎パン	
22 月	牛乳 ハーベスト		栄耀きんぴら きゅうりの照り煮 変わりショウマイ	牛乳・卵・豚ひき肉 牛肉・天平	小麦粉・卵・砂糖 赤コンニャク・ごま油	人参・ごぼう・干し椎茸・おろし いんげん・玉ねぎ・キャベツ・ねぎ 生姜	牛乳 手作り 丸餅・一口	
23 火	牛乳 白い魚船	体操教室	魚のホイル焼き 野菜のおかか和え かきたま汁	魚・牛乳・卵 味噌・きな粉 花かつお	片栗粉・高菜粉	おろし・キャベツ・人参・おしめじ もやし・エノキ・小ねぎ	麦茶 牛乳もち	
24 水	牛乳 ビスケット	検算 遊戯訓練	ボークビーンズ フレンドサラダ	鶏肉・大豆・牛乳 ベーコン・ピザ用チーズ	じゃがいも・小麦粉 片栗粉・オリーブオイル	キャベツ・人参・玉ねぎ・しめじ ピーマン・おろし・レーズン トマト・トマト・コーン缶	牛乳 ピザトースト	
25 木	牛乳 魚肉ソーセージ		豚肉と野菜の味噌炒め トマトときゅうりのツナサラダ	鶏肉・牛乳・味噌 ツナ・バター・チーズ	ソース・トマト・マヨネーズ いりこ・小麦粉・ガリン	キャベツ・人参・ピーマン・玉ねぎ おしめじ・生姜・おろし トマト・レタス	牛乳 手作り スコーン	
26 金	牛乳 クラッカー	夏祭り	ピーマン・マロニーの卵 フライドポテト・唐揚げ 手作りゼリー・果物	牛乳・牛肉・鶏もも身 スキムミルク・卵	小麦粉・片栗粉 マロニー・冷凍ポテト	人参・玉ねぎ・おろし・キャベツ おろし・キャベツ・スイカ レーズン・おから缶・コーン缶	牛乳 かき氷	
27 土	牛乳 チーズ		冷やしうどん 果物	冷凍うどん・牛乳 卵	冷凍うどん・卵・ソース おろし・ワカメ	レタス・もやし・トマト・人参 おろし・パプリカ	牛乳 カステラ	
29 月	牛乳 ビスケット		肉じゃが しらすの群の物	鶏肉・天平・牛乳 プロセスチーズ しらめす干し	じゃがいも・赤コンニャク 砂糖・ソース粉 白菜・味噌・ごま	玉ねぎ・人参・いんげん おろし・トマト・ワカメ	牛乳 もちもち チーズばん	
30 火	牛乳 せんべい		豚肉の生姜焼き 野菜炒め ちoux汁	鶏肉・牛乳・豆腐 いりこ・味噌	春雨・片栗粉・油揚げ	人参・玉ねぎ・キャベツ・生姜 ピーマン・ニラ・おから缶・エノキ 小ねぎ・もやし・おから缶・金魚	牛乳 フルーツ ゼリー	
31 水	牛乳 果物		魚の照り煮 ちりめんじゃこのサラダ コンソメスープ	魚・卵・牛乳 バター	じゃがいも・マヨネーズ サングラス・パン グラニュー糖・片栗粉	人参・玉ねぎ・ピーマン おろし・トマト・エノキ・キャベツ パプリカ	牛乳 パンの ボン・アム	