

日曜	献立	材料	おやつ	材料	日曜	献立	おやつ	材料	
1火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	18金	親子遠足			
	高野豆腐の唐揚げ	高野豆腐・ニンニク・酢・醤油・三温糖・酒・片栗粉	洋風わらび餅	わらび粉・カルピス					
	たけのこじゃこ	筍・しらす・にら・中華だし・酒・みりん・三温糖・醤油							
	ピーマンのサラダ	ピーマン・きくらげ・人参・酢・塩・醤油・ごま油							
	みそ汁	なめこ・切干大根・鰹節・昆布・みそ							
☆こどもの日メニュー☆									
2水	中華風おこわ	米・もち米・強化米・鶏肉・コンニャク・人参・葱・昆布 醤油・酒・ごま油	牛乳	普通牛乳	19土	他人丼	米・強化米・牛肉・玉葱・人参・かまぼこ・三つ葉・卵 だし・醤油・三温糖・みりん	牛乳	普通牛乳
	鮭の塩焼き	鮭・塩	柏餅			豆もやしのサラダ	豆もやし・チンゲン菜・酢・塩・三温糖・油	えび素焼き	
	フロッキーのサラダ	フロッキー・トマト・レタス・卵・マヨネーズ・塩・コショウ				みそ汁	わかめ・葱・鰹節・みそ		
	すまし汁	豆腐・えのき・しめじ・鰹節・昆布・醤油・塩				フルーツ	バナナ		
	デザート	ゼリー			21月	筍ご飯	米・筍・三つ葉・昆布・醤油・みりん・塩	牛乳	普通牛乳
				白身魚のフライ		鱈・小麦粉・卵・パン粉・ケチャップ・ソース・塩・コショウ	コーンフレーククッキー	小麦粉・三温糖・卵	
				三色なます		大根・人参・油揚げ・ごま・酢・三温糖・塩		バター・コーンフレーク	
				みそ汁		えのき・しめじ・キャベツ・煮干・みそ		ベーキングパウダー	
						フルーツ	甘夏	干しぶどう	
7月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	22火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	ウインナーと野菜の炒め物	ウインナー・玉葱・キャベツ・ピーマン・塩・コショウ	小豆蒸しパン	ホットケーキ粉・三温糖		豚肉とそら豆の炒め物	豚肉・玉葱・人参・えび・そら豆・葱・生姜 醤油・塩・コショウ	ウインナートッパ	ウインナー・牛乳
	春雨サラダ	春雨・人参・椎茸・酢・醤油・塩・三温糖		小豆缶・牛乳		サニーレタスのサラダ	サニーレタス・トマト・フロッキー・マヨネーズ・塩		ホットケーキ粉・ケチャップ
	みそ汁	さつま芋・油揚げ・わかめ・鰹節・昆布・みそ				納豆和え	納豆・葱・卵・のり・醤油・ごま油		
	フルーツ	バナナ			すまし汁	切干大根・わかめ・貝割れ大根・鰹節・昆布・醤油・塩			
8火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	23水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	かれの煮つけ	かれい・生姜・醤油・三温糖	にゅうめん	そうめん・人参・玉葱		鯖の竜田揚げ	鯖・生姜・醤油・みりん・片栗粉	牛乳	普通牛乳
	かぼちゃの枝豆あん	かぼちゃ・枝豆・だし・醤油・三温糖・片栗粉		ちくわ・鰹節・昆布		豆苗のごま酢和え	豆苗・切干大根・ごま・酢・三温糖・塩・醤油	シュガーパイ	ハイ生地・グラニュー糖
	きゅうりの酢の物	きゅうり・わかめ・しらす・酢・三温糖・醤油		醤油・塩		ふきの煮物	ふき・人参・コンニャク・鰹節・だし・醤油・三温糖・酒		
	みそ汁	豆腐・玉葱・鰹節・昆布・みそ			すまし汁	厚揚げ・えのき・しめじ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩			
9水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	24木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉・生姜・ニンニク・醤油・みりん・片栗粉	鉄カルウエース			筑前煮	鶏肉・ごぼう・蓮根・コンニャク・さやえんどう だし・醤油・三温糖・みりん	牛乳	普通牛乳
	するめのきんぴら	さきいか・ごぼう・さやえんどう・ごま油・醤油・みりん				アスパラのおかか和え	アスパラ・人参・だし・醤油・三温糖・鰹節	ずんだあんぱん	
	マカロニサラダ	マカロニ・さつま芋・レタス・マヨネーズ・塩・コショウ				もやしの酢の物	もやし・小松菜・しらす・酢・三温糖・塩		
	みそ汁	えのき・しめじ・葱・煮干・みそ			みそ汁	豆腐・えのき・なめこ・鰹節・昆布・みそ			
10木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	25金	ご飯	米	牛乳	普通牛乳
	鯖の西京焼き	鯖・みそ・醤油・みりん	フレンチトースト	食パン・卵・三温糖		鯖の南蛮漬け	鯖・玉葱・ピーマン・酢・醤油・三温糖・塩・片栗粉・ごま油	牛乳	普通牛乳
	チャブチェ	牛肉・春雨・人参・エリンギ・にら・ニンニク 醤油・三温糖・みりん・塩・ごま油		牛乳・バニラエッセンス		おかひじきの和え物	おかひじき・人参・油揚げ・だし・醤油・三温糖	きな粉団子	白玉粉・豆腐
	さつま芋の小魚がらめ	ほうれん草・さつま芋・しらす・醤油・三温糖・ごま				さつま芋の煮物	さつま芋・砂糖・塩	きな粉	三温糖
	すまし汁	麩・三つ葉・えのき・鰹節・昆布・醤油・塩			みそ汁	大根・もやし・葱・鰹節・昆布・みそ	塩		
☆お誕生日会メニュー☆									
11金	スパゲティナポリタン	スパゲティ・ウインナー・玉葱・人参・ニンニク・ホールトマト缶 ソース・ケチャップ・塩・コショウ・オリーブ油	牛乳	普通牛乳	26土	ケチャップライス	米・強化米・ウインナー・玉葱・ピーマン・ケチャップ・塩・コショウ	牛乳	普通牛乳
	フレンチサラダ	しらす・キャベツ・ツナ・コーン・酢・油・塩	かぼちゃケーキ	かぼちゃ・小麦粉		卵サラダ	フロッキー・キャベツ・卵・マヨネーズ・塩・コショウ	牛乳	普通牛乳
	スープ	レコン・グリーンピース・コンソメ・塩・コショウ		三温糖・卵・バター		コーンスープ	コーン・椎茸・中華だし・醤油・塩・片栗粉	野菜スティック	
	フルーツ	いちご		牛乳・ベーキングパウダー		フルーツ	バナナ		
12土	ドライカレー	米・強化米・合挽き肉・玉葱・人参・なす・ニンニク ルー・ソース・ケチャップ・三温糖	牛乳	普通牛乳	28月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	ツナマヨサラダ	キャベツ・パプリカ・ツナ・マヨネーズ	畑のクラッカー			鯖の煮付け	鯖・生姜・醤油・三温糖	りんご	
	じゃが芋のスープ	じゃが芋・さやえんどう・コンソメ・塩				カリフラワーのサラダ	カリフラワー・そら豆・しらす・わかめ・赤玉葱・マヨネーズ・塩		
	フルーツ	りんご				ペンネのソテー	ペンネ・トマト・ニンニク・オリーブ油・塩・コショウ		
					みそ汁	卵・しめじ・葱・鰹節・昆布・みそ			
14月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	29火	ロールパン	ロールパン	牛乳	普通牛乳
	豚肉のブルコギ風	豚肉・葱・にら・キャベツ・玉葱・生姜 ニンニク・ごま油・三温糖・醤油	鬼まんじゅう	小麦粉・さつま芋		チキングラタン	鶏肉・玉葱・人参・えのき・しめじ・バター・米粉・牛乳 チーズ・パセリ・コンソメ・塩・コショウ	お茶	ほうじ茶
	ひじきのナムル	ひじき・もやし・人参・ごま・ごま油・醤油・塩・酢		三温糖・塩		セロリのサラダ	セロリ・きゅうり・キャベツ・酢・塩・油	芋天	さつま芋・小麦粉
	わかめスープ	わかめ・えのき・葱・中華だし・醤油・塩		ベーキングパウダー		スープ	白菜・わかめ・コンソメ・塩・コショウ		三温糖・塩・卵
	フルーツ	オレンジ			フルーツ	アメリカンチェリー		ベーキングパウダー	
15火	豆ご飯	米・強化米・グリーンピース・塩・昆布・酒	牛乳	普通牛乳	30水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	鯖の塩焼き	鯖・食塩	サンドイッチ	食パン・卵・きゅうり		厚焼き卵	卵・葱・ひじき・だし・醤油・三温糖	牛乳	普通牛乳
	キャベツの酢の物	キャベツ・人参・しらす・酢・三温糖・醤油		マヨネーズ・塩・コショウ		そら豆のサラダ	そら豆・じゃが芋・トマト・コーン・マヨネーズ・塩・コショウ	おからドーナツ	小麦粉・卵・三温糖
	新玉葱の天ぷら	玉葱・小麦粉・ベーキングパウダー・塩				チンゲン菜のさっと煮	チンゲン菜・椎茸・平天・だし・醤油	牛乳	普通牛乳
	みそ汁	麩・油揚げ・葱・鰹節・昆布・みそ			◆ひつつみ	鶏肉・白菜・えのき・ごぼう・小麦粉・鰹節・醤油・みりん			
16水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	31木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	おから入り	鶏挽き肉・豆腐・おから・卵	黒糖ゼリー	黒砂糖・セラチン		鯖のゆず風味焼き	鯖・ゆず・醤油・みりん	牛乳	普通牛乳
	チキンナゲット	小麦粉・塩・コショウ・ケチャップ・ソース		きな粉・三温糖・塩		小松菜と牛肉の炒め物	小松菜・牛肉・人参・ひじき・ニンニク・醤油・三温糖	◆豆しとぎ	枝豆・米粉・砂糖
	切り干し大根のサラダ	切り干し大根・人参・きゅうり・椎茸・酢・ごま油・塩・醤油				春雨サラダ	春雨・きゅうり・きくらげ・酢・醤油・三温糖・ごま油	塩	
	粉ふき芋	じゃが芋・コーン・塩・コショウ			みそ汁	キャベツ・三つ葉・油揚げ・鰹節・昆布・みそ			
	みそ汁	えのき・さやえんどう・わかめ・煮干・みそ							
17木	食パン(ブルーベリージャム)	食パン・ブルーベリージャム	お茶	ほうじ茶	☆乳児 朝のおやつ・・・菓子類・果物(週1回)、干しぶどう(1・2歳児のみ週3回) ☆夕方延長のおやつ・・・おにぎり・菓子類 ☆菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています ☆ウインナーは、卵・乳製品・小麦不使用です ☆強化米は、鉄分とビタミンB1を強化するお米です ☆◆マークは岩手県の郷土料理を取り入れています				
	鯖のタルタルソース焼き	鯖・ピクルス・マヨネーズ・卵・塩・コショウ	おにぎり	米・強化米・塩昆布					
	スナックえんどうのサラダ	スナックエンドウ・キャベツ・トマト・ツナ・酢・塩・オリーブ油		鰹節・醤油					
	かぼちゃのポターージュ	かぼちゃ・玉葱・バター・米粉・牛乳・パセリ							
	フルーツ	アメリカンチェリー							

