献立表 （完了、幼児食）

≪完了食≫
・丸パンは食パン
・さばはカレイ
・ババロアはヨーグルト
・朝おやつの牛乳はお茶
・15時おやつの牛乳は調乳ミルク　に代わります。

日	曜日	朝おやつ	献立名	果物	おやつ	体をつくる 赤のなかま	力のもとになる 黄のなかま	体の調子を整える 緑のなかま
13 ・ 27	月	牛乳 バナナ	・夏野菜カレー ・オクラのスープ ・海藻サラダ	13日 オレンジ 27日 スイカ	・ラスク ・牛乳	鶏肉、ツナ、 海藻ミックス	ご飯、麩、 じゃがいも	玉ねぎ、人参、トマト、 ズッキーニ、おくら、 きゅうり、レタス
14 ・ 28	火	牛乳 パン	・ご飯 ・かきたま汁 ・鮭のチーズ焼き ・切干大根煮	14日 キウイ 28日 メロン	・さつまいもスティック ・牛乳	卵、鮭、 さつま揚げ、 粉チーズ	ご飯	玉ねぎ、万能ねぎ、 パセリ、切干大根、 人参、きぬさや
1 ・ 15 ・ 29	水	牛乳 ふかし芋	・稲庭うどん ・煮豆 ※1日…じゅんさいの日	1・15日 グレープ フルーツ 29日スイカ	・納豆チヂミ ・お茶	豚肉、油揚げ、 かまぼこ、 金時豆	稲庭うどん	ほうれん草、 玉ねぎ、人参 ※1日のみ…じゅんさい
2 ・ 16 ・ 30	木	牛乳 バナナ	・ご飯 ・豆腐の味噌汁 ・牛肉とごぼうのしぐれ煮 ・南瓜の甘煮	キウイ	・あんこスティックパイ ・牛乳 16日誕生日おやつ	豆腐、牛肉	ご飯、糸コン	椎茸、万能ねぎ、ごぼう、 人参、ねぎ、 いんげん、南瓜
3 ・ 17 ・ 31	金	牛乳 ふかし芋	・ご飯 ・水菜の味噌汁 ・さばのケチャップ焼き ・小松菜の海苔和え	3・17日 グレープ フルーツ 31日メロン	・ババロア ・せんべい ・お茶	さば、のり佃煮	ご飯	玉ねぎ、水菜、えのき、 小松菜、人参
4 ・ 18	土	お茶 パン	・鶏丼 ・かぶの味噌汁 ・ポテトサラダ	オレンジ	・お菓子 ・お茶	鶏肉	ご飯、　麩、 じゃがいも	玉ねぎ、れんこん、 グリンピース、かぶ、 かぶ葉、人参、きゅうり
6	月	牛乳 バナナ	・ご飯 ・なすの味噌汁 ・肉じゃが ・わかめときゅうりの酢の物	キウイ	・じゃこトースト ・牛乳	豚肉、わかめ、 かにかま	ご飯、 じゃがいも	なす、もやし、玉ねぎ、 人参、いんげん、きゅうり
7 ・ 21	火	牛乳 パン	・ご飯 ・舞茸の味噌汁 ・ほっけの甘酒焼き ・きゃべつのゆかり和え 7日七夕ランチ	メロン	・ゼリー ・せんべい ・お茶 七夕おやつ	ほっけ、竹輪	ご飯	舞茸、玉ねぎ、ごぼう、 きゃべつ、人参
8 ・ 22	水	牛乳 バナナ	・ご飯 ・小松菜の味噌汁 ・鶏のアップルソース焼き ・れんこんサラダ	8日 グレープ フルーツ 22日スイカ	・フライドポテト ・牛乳	鶏肉	ご飯	小松菜、えのき、 れんこん、水菜、 人参、コーン
9 ・ 23	木	牛乳 ふかし芋	・丸パン ・南瓜のシチュー ・豆腐ハンバーグ ・ブロッコリー＆トマト	9日 オレンジ 23日 メロン	・わかめおにぎり ・するめ ・お茶	ベーコン、 牛ひき肉、 豚ひき肉、 豆腐、ひじき	丸パン	南瓜、人参、しめじ、 パセリ、玉ねぎ、 ブロッコリー、トマト
10 ・ 24	金	牛乳 バナナ	・ご飯 ・ズッキーニの味噌汁 ・カレイの塩麹煮 ・おくらの納豆和え	10日 キウイ 24日 スイカ	・ブルーベリー蒸しパン ・牛乳	カレイ、油揚げ、 納豆	ご飯	ズッキーニ、玉ねぎ、 おくら、人参
11 ・ 25	土	お茶 パン	・中華丼 ・大根の味噌汁 ・さつまいもの甘煮	グレープ フルーツ	・お菓子 ・お茶	豚肉	ご飯、 さつまいも	白菜、人参、筍、きぬさや、 大根、いんげん

※旬の食材を取り入れた献立となっております。まだ、食べたことがない食材がありましたら、ご家庭でも食べてみてください。
※献立は都合により変更になる場合があります。