

日/曜日	献立名	材料名	おやつ	材料名	Kcal
7 / 1 (水)	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き ●じゃが芋とツナのサラダ ●野菜スープ	精白米◆紅鮭/食塩/胡椒/マヨネーズ◆じゃがいも/キャベツ/人参/スイートコーン/ツナ/ブロッコリー/マヨネーズ/ドレッシング◆キャベツ/人参/緑豆もやし/ほうれん草/大根/濃縮スープ/食塩/胡椒/濃口醤油	豆乳(おやつ) ふんわりソフトせん 豆乳(おやつ) ココア蒸しパン	豆乳◆ふんわりソフトせん◆豆乳◆薄力粉/ 上白糖/豆乳/ベーキングパウダー(おやつ)/ココア	502.6
7 / 2 (木)	ごはん 豚肉と厚揚げの甘味噌煮 すまし汁12-⑥	精白米◆豚肩もも肉/厚揚げ/玉葱/根深ねぎ/青ねぎ/米みそ 赤みそ/米みそ 合わせみそ/合成清酒/上白糖/本みりん◆緑豆もやし/人参/大根/チンゲンサイ/かつこんみ/わりこ/薄口醤油	豆乳(おやつ) おせんべい-サラダ味- 豆乳(おやつ) マカロニのあべかわ	豆乳◆おせんべい-サラダ味-◆豆乳◆マカロニ 乾(おやつ)/きな粉(おやつ)/砂糖(おやつ)/食塩(おやつ)	531.4
7 / 3 (金)	ごはん 酢鶏風炒め ・中華スープ	精白米◆鶏もも肉/しょうが/濃口醤油/コーン/スターチ/調合油/玉葱/人参/チンゲンサイ/緑豆もやし/ぶなしめじ/上白糖/濃口醤油/米酢/トマトケチャップ/濃縮スープ/コーン/スターチ◆玉葱/えのきたけ/人参/青ねぎ/緑豆もやし/濃縮スープ/ごま油/濃口醤油/食塩	豆乳(おやつ) 鉄塩せん 豆乳(おやつ) フルーツボンチ(黄桃、ミカン) 源氏パイ	豆乳◆鉄塩せん◆豆乳◆桃 缶詰 果肉/温州みかん 缶詰/砂糖(おやつ)◆源氏パイ	513.0
7 / 4 (土)	豚肉のしぐれ井(未満児) 味噌汁(土)-2	精白米/豚肩もも肉/人参/えのきたけ/玉葱/三度豆/濃口醤油/上白糖/かつこんみ/清酒/調合油◆木綿豆腐/カットわかめ/緑豆もやし/ほうれん草/かつこんみ/わりこ/米みそ 合わせみそ	豆乳(おやつ) ほしのおせんべい 豆乳(おやつ) ぼんち揚げ ミニゼリー(2個)	豆乳◆ほしのおせんべい◆豆乳◆ぼんち揚げ ◆ミニゼリー	421.6
7 / 6 (月)	ごはん 鯖の塩焼き 高野豆腐のそぼろ煮 ○すまし汁1-④	精白米◆鯖/食塩/大根/濃口醤油◆凍り豆腐/鶏挽肉/人参/ぶなしめじ/玉葱/三度豆/調合油/上白糖/濃口醤油/かつこんみ/コーン/スターチ◆木綿豆腐/キャベツ 結球葉、生/えのきたけ/人参/ほうれん草/かつこんみ/薄口醤油	豆乳(おやつ) 花花せんべい 豆乳(おやつ) パンケーキ	豆乳◆花花せんべい◆豆乳◆薄力粉/調整豆乳/パインアップル缶詰/上白糖/調合油/ベーキングパウダー(おやつ)	485.2
7 / 7 (火)	ごはん 豆腐の五目あんかけ ●味噌汁(大根)	精白米◆木綿豆腐/豚肩もも肉/むきえび冷凍/人参/玉葱/三度豆/ぶなしめじ/調合油/上白糖/濃口醤油/合成清酒/食塩/胡椒/片栗粉◆大根/人参/油揚げ/わかめ/えのきたけ/ほうれん草/かつこんみ/わりこ/米みそ 合わせみそ	豆乳(おやつ) 鉄塩せん 豆乳(おやつ) 豆乳の杏仁豆腐	豆乳◆鉄塩せん◆豆乳◆調整豆乳/寒天(おやつ)/砂糖(おやつ)/温州みかん缶詰	441.9
7 / 8 (水)	ごはん ●豚肉の焼肉風 春雨スープ	精白米◆豚肩もも肉/しょうが/玉葱/人参/緑豆もやし/青ねぎ/キャベツ/上白糖/濃口醤油/焼肉のたれ/調合油◆春雨/人参/緑豆もやし/玉葱/青ねぎ/濃縮スープ/薄口醤油/食塩	豆乳(おやつ) ふんわりソフトせん 豆乳(おやつ) ●りんごゼリー	豆乳◆ふんわりソフトせん◆豆乳◆りんごス レートジュース/寒天(おやつ)/上白糖	374.9
7 / 9 (木)	ごはん ●とりじゃが ●味噌汁(ふ)	精白米◆鶏もも肉/じゃがいも/玉葱/しらたき/人参/グリーンピース/上白糖/濃口醤油/かつこんみ/合成清酒/調合油◆麩/チンゲンサイ/うす揚げ/緑豆もやし/人参/かつこんみ/わりこ/米みそ 合わせみそ	豆乳(おやつ) おせんべい-サラダ味- 豆乳(おやつ) ミートトースト	豆乳◆おせんべい-サラダ味-◆豆乳◆食パン /ミートソース	477.1
7 / 10 (金)	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き ○キャベツとわかめのサラダ ○しめじのスープ	精白米◆鶏もも肉/トマトケチャップ/ウスターソース/上白糖/カレー粉◆キャベツ/人参/緑豆もやし/カットわかめ/ドレッシング/胡椒/食塩◆ぶなしめじ/玉葱/ほうれん草/人参/濃縮スープ/薄口醤油	豆乳(おやつ) 鉄塩せん 豆乳(おやつ) かぼちゃ豆乳プリン	豆乳◆鉄塩せん◆豆乳◆調整豆乳/南瓜(冷凍おやつ)/上白糖/バナラエッセンス/豚ゼラチン/メープルシロップ	455.2
7 / 11 (土)	豚肉のしぐれ井(未満児) 味噌汁(土)-2	精白米/豚肩もも肉/人参/えのきたけ/玉葱/三度豆/濃口醤油/上白糖/かつこんみ/清酒/調合油◆木綿豆腐/カットわかめ/緑豆もやし/ほうれん草/かつこんみ/わりこ/米みそ 合わせみそ	豆乳(おやつ) ほしのおせんべい 豆乳(おやつ) ぼんち揚げ ミニゼリー(2個)	豆乳◆ほしのおせんべい◆豆乳◆ぼんち揚げ ◆ミニゼリー	421.6
7 / 13 (月)	ごはん ●豚肉とかんぴょうの炒め煮 味噌汁(豆腐)	精白米◆豚肩もも肉/人参/かんぴょう/ぶなしめじ/大根/ほうれん草/青ねぎ/調合油/上白糖/濃口醤油/かつこんみ◆木綿豆腐/キャベツ/緑豆もやし/青ねぎ/人参/かつこんみ/わりこ/昆布だし/米みそ 合わせみそ	豆乳(おやつ) 花花せんべい 豆乳(おやつ) 水ようかん	豆乳◆花花せんべい◆豆乳◆こしあん/寒天(おやつ)/砂糖(おやつ)/食塩	430.8
7 / 14 (火)	ごはん ●カレーシチュー ☆野菜サラダ	精白米◆豚肩もも肉/玉葱/人参/じゃがいも/グリーンピース/にんにく/しょうが/調合油/カレーウ/トマトケチャップ/ウスターソース/食塩/胡椒◆ブロッコリー 人参/緑豆もやし/キャベツ/スイートコーン/カットわかめ/ドレッシング/薄口醤油	豆乳(おやつ) むらさきいもせんべい(1枚) 野菜ジュース ゆかりおにぎり(未満児)	豆乳◆むらさきいもせんべい◆野菜ジュース ◆精白米/ゆかり	514.0
7 / 15 (水)	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き ●じゃが芋とツナのサラダ ●野菜スープ	精白米◆紅鮭/食塩/胡椒/マヨネーズ◆じゃがいも/キャベツ/人参/スイートコーン/ツナ/ブロッコリー/マヨネーズ/ドレッシング◆キャベツ/人参/緑豆もやし/ほうれん草/大根/濃縮スープ/食塩/胡椒/濃口醤油	豆乳(おやつ) ふんわりソフトせん 豆乳(おやつ) ココア蒸しパン	豆乳◆ふんわりソフトせん◆豆乳◆薄力粉/ 上白糖/豆乳/ベーキングパウダー(おやつ)/ココア	502.6

日/曜日	献立名	材料名	おやつ	材料名	Kcal
7 / 16 (木)	ごはん 豚肉と厚揚げの甘味噌煮 すまし汁12-⑥	精白米◆豚肩もも肉/厚揚げ/玉葱/根深ねぎ /青ねぎ/米みそ 赤みそ/米みそ 合わせみ そ/合成清酒/上白糖/本みりん◆緑豆もやし /人参/大根/チンゲンサイ/かつこんみ/いりこ/薄 口醤油	豆乳(おやつ) おせんべい-サラダ味- 豆乳(おやつ) マカロニのあべかわ	豆乳◆おせんべい-サラダ味-◆豆乳◆マカロ ニ(おやつ)/きな粉(おやつ)/砂糖(おや つ)/食塩(おやつ)	531.4
7 / 17 (金)	ごはん 酢鶏風炒め ・中華スープ	精白米◆鶏もも肉/しょうが/濃口醤油/コー ンスターチ/調合油/玉葱/人参/チンゲンサイ/緑豆 もやし/ぶなしめじ/上白糖/濃口醤油/米酢/ トマトケチャップ/濃縮スープ/コーンスターチ◆玉 葱/えのきたけ/人参/青ねぎ/緑豆もやし/濃 縮スープ/ごま油/濃口醤油/食塩	豆乳(おやつ) 鉄塩せん 豆乳(おやつ) フルーツポンチ(黄桃、ミカ ン) 源氏パイ	豆乳◆鉄塩せん◆豆乳◆桃 缶詰 果肉/温 州みかん 缶詰/砂糖(おやつ)◆源氏パイ	513.0
7 / 18 (土)	ビーフンの焼きそば風 味噌汁(土) バナナ	ビーフン/玉葱/豚肩もも肉/人参/キャベツ/緑豆 もやし/焼きそばソース◆木綿豆腐/人参/緑 豆もやし/ほうれん草/かつこんみ/いりこ/米 みそ 合わせみそ◆バナナ(おやつ)	豆乳(おやつ) ほしのおせんべい 豆乳(おやつ) ぱりんこ ラムネ	豆乳◆ほしのおせんべい◆豆乳◆ぱりんこ◆ 錠菓	291.8
7 / 20 (月)	ごはん 鯖の塩焼き 高野豆腐のそぼろ煮 ○すまし汁1-④	精白米◆鯖/食塩/大根/濃口醤油◆凍り豆腐 /鶏挽肉/人参/ぶなしめじ/玉葱/三度豆/調合 油/上白糖/濃口醤油/かつこんみ/コーンスタ ーチ◆木綿豆腐/キャベツ 結球菜、生/えの きたけ/人参/ほうれん草/かつこんみ/薄口醬 油	豆乳(おやつ) 花花せんべい 豆乳(おやつ) パインケーキ	豆乳◆花花せんべい◆豆乳◆薄力粉/調整豆 乳/パインアップル缶詰/上白糖/調合油/ヘー キングパウダー(おやつ)	485.2
7 / 21 (火)	ごはん 豆腐の五目あんかけ ●味噌汁(大根)	精白米◆木綿豆腐/豚肩もも肉/むきえび冷凍 /人参/玉葱/三度豆/ぶなしめじ/調合油/上白 糖/濃口醤油/合成清酒/食塩/胡椒/片栗粉◆ 大根/人参/油揚げ/わかめ/えのきたけ/ほう れん草/かつこんみ/いりこ/米みそ 合わせ みそ	豆乳(おやつ) 鉄塩せん 豆乳(おやつ) 豆乳の杏仁豆腐	豆乳◆鉄塩せん◆豆乳◆調整豆乳/寒天(お やつ)/砂糖(おやつ)/温州みかん缶詰	441.9
7 / 22 (水)	ごはん ●豚肉の焼肉風 春雨スープ	精白米◆豚肩もも肉/しょうが/玉葱/人参/緑 豆もやし/青ねぎ/キャベツ/上白糖/濃口醤油/焼 肉のたれ/調合油◆春雨/人参/緑豆もやし/玉 葱/青ねぎ/濃縮スープ/薄口醤油/食塩	豆乳(おやつ) ふんわりソフトせん 豆乳(おやつ) ●りんごゼリー	豆乳◆ふんわりソフトせん◆豆乳◆りんごス レートジュース/寒天(おやつ)/上白糖	374.9
7 / 25 (土)	ビーフンの焼きそば風 味噌汁(土) バナナ	ビーフン/玉葱/豚肩もも肉/人参/キャベツ/緑豆 もやし/焼きそばソース◆木綿豆腐/人参/緑 豆もやし/ほうれん草/かつこんみ/いりこ/米 みそ 合わせみそ◆バナナ(おやつ)	豆乳(おやつ) ほしのおせんべい 豆乳(おやつ) ぱりんこ ラムネ	豆乳◆ほしのおせんべい◆豆乳◆ぱりんこ◆ 錠菓	291.8
7 / 27 (月)	ごはん ●豚肉とかんぴょうの炒め煮 味噌汁(豆腐)	精白米◆豚肩もも肉/人参/かんぴょう/ぶなし めじ/大根/ほうれん草/青ねぎ/調合油/上 白糖/濃口醤油/かつこんみ◆木綿豆腐/キャ ベツ/緑豆もやし/青ねぎ/人参/かつこんみ/い りこ/昆布だし/米みそ 合わせみそ	豆乳(おやつ) 花花せんべい 豆乳(おやつ) 水ようかん	豆乳◆花花せんべい◆豆乳◆こしあん/寒天 (おやつ)/砂糖(おやつ)/食塩	430.8
7 / 28 (火)	ごはん ●カレーシチュー ☆野菜サラダ	精白米◆豚肩もも肉/玉葱/人参/じゃがいも /グリーンピース/にんにく/しょうが/調合油/カレ ルウ/トマトケチャップ/ウスターソース/食塩/胡椒◆ブロッコ リ 人参/緑豆もやし/キャベツ/スイートコーン/カットわかめ /ドレッシング/薄口醤油	豆乳(おやつ) むらさきいもせんべい(1枚) 野菜ジュース ゆかりおにぎり(未満児)	豆乳◆むらさきいもせんべい◆野菜ジュース ◆精白米/ゆかり	514.0
7 / 29 (水)	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き ●じゃが芋とツナのサラダ ●野菜スープ	精白米◆紅鮭/食塩/胡椒/マヨネーズ◆じゃがい も/キャベツ/人参/スイートコーン/ツナ/ブロッコ リ/マヨネ ズ/ドレッシング◆キャベツ/人参/緑豆もやし/ほうれ ん草/大根/濃縮スープ/食塩/胡椒/濃口醤油	豆乳(おやつ) ふんわりソフトせん 豆乳(おやつ) ココア蒸しパン	豆乳◆ふんわりソフトせん◆豆乳◆薄力粉/ 上白糖/豆乳/ヘーキングパウダー(おやつ)/ココ ア	502.6
7 / 30 (木)	ごはん 豚肉と厚揚げの甘味噌煮 すまし汁12-⑥	精白米◆豚肩もも肉/厚揚げ/玉葱/根深ねぎ /青ねぎ/米みそ 赤みそ/米みそ 合わせみ そ/合成清酒/上白糖/本みりん◆緑豆もやし /人参/大根/チンゲンサイ/かつこんみ/いりこ/薄 口醤油	豆乳(おやつ) おせんべい-サラダ味- 豆乳(おやつ) マカロニのあべかわ	豆乳◆おせんべい-サラダ味-◆豆乳◆マカロ ニ(おやつ)/きな粉(おやつ)/砂糖(おや つ)/食塩(おやつ)	531.4
7 / 31 (金)	ごはん 酢鶏風炒め ・中華スープ	精白米◆鶏もも肉/しょうが/濃口醤油/コー ンスターチ/調合油/玉葱/人参/チンゲンサイ/緑豆 もやし/ぶなしめじ/上白糖/濃口醤油/米酢/ トマトケチャップ/濃縮スープ/コーンスターチ◆玉 葱/えのきたけ/人参/青ねぎ/緑豆もやし/濃 縮スープ/ごま油/濃口醤油/食塩	豆乳(おやつ) 鉄塩せん 豆乳(おやつ) フルーツポンチ(黄桃、ミカ ン) 源氏パイ	豆乳◆鉄塩せん◆豆乳◆桃 缶詰 果肉/温 州みかん 缶詰/砂糖(おやつ)◆源氏パイ	513.0