

2日(月)
 白飯(乳児のみ)
 なすのミートグラタン
 野菜スープ
 デザート
 牛乳 お菓子



旬のなすをチーズたっぷりのグラタンにします。

3日・17日(火)
 白飯(乳児のみ)
 ほっけの塩焼き
 冬瓜の水晶煮
 みそ汁
 デザート
 手作りおやつ



冬瓜は、煮ると水晶のように透明になります。

4日・18日(水)
 白飯(乳児のみ)
 揚げだし豆腐
 酢の物
 沢煮わん
 牛乳 お菓子



酢の物のわかめは、舞鶴産のものをつかいます。

5日・19日(木)
 白飯(乳児のみ)
 鶏肉のオレンジソース
 枝豆のサラダ
 ミネストローネ
 お茶 手作りおやつ



鶏肉のオレンジソースは、甘くてさっぱりしています。

6日(金)
 完全給食
 散らし寿司
 星のコロッケ
 茶わん蒸し
 セタ汁
 お茶 冷菓



キラキラお星さまいっぱい
 の七夕会メニューです。

9日・23日(月)
 白飯(乳児のみ)
 豚肉のニラ炒め
 キムチ和え
 スーミータン
 牛乳 お菓子



スーミータンは、コーンクリームと卵のとろみのある中華スープです。

10日・24日(火)
 白飯(乳児のみ)
 さばのさっぱり煮
 胡麻酢和え
 切り干し大根のみそ汁
 お茶 手作りおやつ



さばを梅干しとしょうがでさっぱりと煮ます。

11日・25日(水)
 白飯(乳児のみ)
 夏野菜カレー
 フルーツサラダ
 牛乳 お菓子



夏野菜をたっぷり摂り、暑い夏を乗り切りましょう!

12日・26日(木)
 白飯(乳児のみ)
 鶏肉の治部煮
 梅肉和え
 かき卵汁
 お茶 手作りおやつ



治部煮は片栗粉をまぶした鶏肉を野菜や麩と煮合わせ、片栗粉でとろみをつけるのが特徴です。

13日・27日(金)
 白飯(乳児のみ)
 彩りあじ南蛮
 ワンタンスープ
 デザート
 牛乳 お菓子

20日(金)
 白飯(乳児のみ)
 飛び魚のフライ
 カリカリベーコンのサラダ
 枝豆のスープ
 牛乳 お菓子

30日(月)
 白飯(乳児のみ)
 かつおのおろし煮
 カリコリきゅうり
 山菜そば
 牛乳 お菓子

31日(火)
 完全給食
 おにぎり・焼きそば
 フレンチサラダ・スープ
 杏仁豆腐・ヤクルト
 お茶 ヨーグルト

※6日(金)、31日(火)は完全給食です。白飯はいりません。
 ※3日(火)は、うさぎ組。5日(木)は、こあら組の給食参観です。
 ※25日(水)は、きりん組の夏野菜カレー作りクッキングです。

献立表

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
2 (月)	白飯(乳児のみ) なすのミートグラタン 野菜スープ デザート	油、じゃがいも 米(乳児のみ)	豚ひき肉、粉チーズ 牛ひき肉 とろけるチーズ 牛乳	バナナ、なす キャベツ、にんじん しめじ、トマト たまねぎ、にんにく	牛乳 お菓子
3 ・ 17 (火)	白飯(乳児のみ) ほっけの塩焼き 冬瓜の水晶煮 みそ汁 デザート	砂糖、片栗粉 米(乳児のみ)	ほっけ、えび、みそ 油揚げ、牛乳	ぶどう、とうがん キャベツ、たまねぎ ねぎ、グリーンピース デラウェア	牛乳 きな粉揚げパン (3日) お茶・抹茶蒸しパン (17日)
4 ・ 18 (水)	白飯(乳児のみ) 揚げだし豆腐 酢の物 沢煮わん	油、片栗粉、小麦粉 砂糖 米(乳児のみ)	木綿豆腐、豚肉 しらす干し、わかめ かまぼこ、牛乳	きゅうり、ごぼう みつば、にんじん 紅しょうが 干しいたけ、たけのこ	牛乳 お菓子
5 ・ 19 (木)	白飯(乳児のみ) 鶏肉のオレンジソース 枝豆のサラダ ミネストローネ	マヨネーズ オリーブ油 スバゲティー 米(乳児のみ)	鶏肉、ベーコン りょくとう、ハム うぐいすまめ ひよこまめ 牛乳(乳児のみ)	キャベツ、きゅうり えだまめ、たまねぎ トマト、にんじん セロリー、マーレード パセリ、にんにく	お茶 ミニラーメン (5日) 鮭おにぎり (19日)
6 (金)	完全給食 散らし寿司 星のコロッケ 茶わん蒸し 七夕汁	じゃがいも、パン粉 砂糖、干しそめん 油、小麦粉、米 フレンチドレッシング	卵、鶏肉、しらす干し かまぼこ、でんぶ はんぺん 牛乳(乳児のみ)	フロックリー、たまねぎ にんじん、きゅうり 干しいたけ、オクラ みつば、しょうが トマト、グリーンピース	お茶 七夕ゼリー
9 ・ 23 (月)	白飯(乳児のみ) 豚肉の二郎炒め キムチ和え スーミータン	油、片栗粉、砂糖 米(乳児のみ)	豚肉、卵 牛乳	きゅうり、もやし クリームコーン缶 たまねぎ、しめじ にんじん、にら、ねぎ キムチ、しょうが	牛乳 お菓子
10 ・ 24 (火)	白飯(乳児のみ) さばのさっぱり煮 胡麻酢和え 切り干し大根のみそ汁	砂糖 米(乳児のみ)	さば、みそ、かまぼこ わかめ、ごま 牛乳(乳児のみ)	だいこん、キャベツ きゅうり、たまねぎ にんじん、しょうが、し そ 切り干しだいこん、うめ	お茶 ゆでとうもろこし (10日) 野菜チップス (24日)
11 ・ 25 (水)	白飯(乳児のみ) 夏野菜カレー フルーツサラダ	油、米(乳児のみ)	牛肉、牛乳	かぼちゃ、たまねぎ きゅうり、にんじん みかん缶、パイナップ キャベツ、ピーマン なす、トマト	牛乳 お菓子
12 ・ 26 (木)	白飯(乳児のみ) 鶏肉の治部煮 梅肉和え かき卵汁	片栗粉、砂糖、焼ふ 米(乳児のみ)	鶏肉、卵 かつお節、絹ごし豆腐 牛乳(乳児のみ)	ほうれんそう、きゅうり みつば、うめ干し にんじん、しめじ オクラ	お茶 フルーツゼリー (12日) フルーツプリン (26日)
13 ・ 27 (金)	白飯(乳児のみ) 彩りあじ南蛮 ワンタンスープ デザート	砂糖、油、小麦粉 ワンタンの皮、ごま油 はるさめ 米(乳児のみ)	あじ、豚ミンチ 牛乳	チンゲンサイ、たまねぎ にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、メロン しそ、かぼちゃ	牛乳 お菓子
20 (金)	白飯(乳児のみ) 飛び魚のフライ カリカリベーコンのサラダ 枝豆のスープ	パン粉、油、小麦粉 米(乳児のみ) タルタルソース クルトン	トビウオ、卵 ベーコン、バター 牛乳	たまねぎ、えだまめ ごまつな、キャベツ ピクルス	牛乳 お菓子
30 (月)	白飯(乳児のみ) かつおのおろし煮 カリコリきゅうり 山菜そば	ゆでそば、砂糖 米(乳児のみ)	かつお、ひじき 牛乳	きゅうり、にんじん しょうが 干しわかび、ねぎ たけのこ、ぜんまい だいこん かいわれだいこん	牛乳 お菓子
31 (火)	完全給食 おにぎり 焼きそば フレンチサラダ スープ 杏仁豆腐・ヤクルト	焼きそばめん、砂糖 油、米 フレンチドレッシング	豚肉、りょくとう ひよこまめ かつお節、黒ごま うぐいすまめ かんてん、あおのり 牛乳(乳児のみ)	キウイ、キャベツ、パイ ン にんじん、ピーマン もやし、トマト さくらんぼ、きゅうり 紅しょうが	お茶 ヨーグルト