

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	補食	
		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			調味料
01 (水)	五目ごはん もも缶 〜 鮭の塩焼き パリパリサラダ 〜 栄養すいとん	米、強力粉、小麦粉、なたね油、砂糖、ながいも、コーンフレーク、ごま油	牛乳ラブ、さけ、豚肉(肩ロース)	もも缶、だいこん、はくさい、たまねぎ、きゅうり、ねぎ、にんじん、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、食酢(米酢)、しょうゆ(うすくち)、食塩、しょうゆ	星たべよミルク大豆 牛乳・ラブ 豆パン	ひじきご飯おにぎり 表 茶
02 (木)	夏野菜丼 〜 じゃがベーコン みそ汁(切干し・かぼちゃ) 〜 すいか	じゃがいも、米、油、砂糖、なたね油、ごま油	牛乳ラブ、豚ひき肉、ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	すいか、とうもろこし、なす、かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、いんげん、パセリ、切り干しだいこん、にんにく	煮干だし汁、しょうゆ、オイスターソース、食塩、こしょう	クラッカーミルク大豆 牛乳・ラブ ゆでとうもろこし	フルーツサンド 表 茶
03 (金)	ツイン 〜 鯛の香草パン粉焼き 塩ゆで枝豆 〜 生トマト	米、砂糖、オリーブ油、パン粉	牛乳ラブ、たい(天然)、豚肉(もも)、ベーコン	ぶどう、もやし、えだまめ、ミニトマト、にんにく	しょうゆ、酒、みりん、コンソメ、ワイン(白)、食塩、パセリ粉	ハイハイミルク大豆 牛乳・ラブ 肉巻きおにぎり	鶏ご飯おにぎり 表 茶
04 (土)	チキンライス 〜 スープ(もやし・にら) オレンジ	米	牛乳ラブ	オレンジ、もやし、にら	塩(並塩)、しょうゆ(うすくち)、酒、かつお・昆布だし汁	ミレービスケットミルク大豆 牛乳 ビスケット	* 補食はありません
06 (月)	冷やしためきうどん 〜 煮豆 ブロッコリーのソテー 〜 パナナ	米、干しうどん、砂糖、揚げ玉、すりごま、ごま油、油	牛乳ラブ、いんげんまめ(乾)、豚ひき肉	パナナ、ブロッコリー、きゅうり、にんじん、トマト、生わかめ、ピーマン、しいたけ、コーン、ひじき	しょうゆ、みりん、食塩	ミレービスケットミルク大豆 牛乳・ラブ チャーハン(ひじき)	ミニドッグ 表 茶
07 (火)	ご飯 〜 タンドリーフィッシュ 中華和え 〜 大根と揚げの味噌汁	米、マリービスケット、砂糖、ごま油	たい、りょくとう(ゆで)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ヨーグルト(無糖)	ぶどう、ほうれんそう、だいこん、にんじん、切り干しだいこん、しょうが	しょうゆ、りんご酢、ケチャップ、カレー粉、煮干だし汁、かつおだし汁	星たべよミルク大豆 お茶・麦茶 枝豆とマリー	ツナサンド 表 茶
08 (水)	ご飯 りんご 〜 シークレットメニュー ゆで野菜 〜 すまし汁(小松菜・あげ)	小麦粉、パン粉、油、米、フレンドレッシング(乳化型)	あなご、牛乳ラブ、油揚げ	キャベツ、りんご、にんじん、こまつな、コーン、えのきたけ	かつおだし汁、食塩、しょうゆ	クラッカーミルク大豆 牛乳・ラブ ケーキ	鮭若布おにぎり 表 茶
09 (木)	野菜パン 〜 きのことポテトと鶏肉のアヒージョ風 かぶサラダ 〜 豆腐スープ(生わかめ)	米粉パン、米、オリーブ油	牛乳ラブ、木綿豆腐、鶏もも肉、ベーコン、ツナ油漬缶、あさり佃煮	メロン、かぶ、しめじ、ミニトマト、ブロッコリー、ねぎ、生わかめ、にんじん、かぶ、葉、焼きのり、レモン果汁、にんにく	中華スープ、食塩、塩(並塩)、こしょう	ハイハイミルク大豆 牛乳・ラブ 時雨ごはん	五目御飯おにぎり 表 茶
10 (金)	笹ずし 〜 南瓜のそぼろあなか すまし汁・きのこ 〜 なし	米、ホットケーキ粉、ソイレブール	牛乳ラブ、さけ(焼)、鶏ひき肉、豆乳、油揚げ	なし、かぼちゃ、えだまめ(ゆで)、のぎわな(塩漬)、しめじ、えのきたけ、わかめ(生)	かつおだし汁、すし酢(巻き寿司・箱寿司)、しょうゆ、酒、食塩、しょうゆ(うすくち)	ミレービスケットミルク大豆 牛乳・ラブ 枝豆のケーキ	ハムサンド 表 茶
11 (土)	鶏ご飯 〜 具沢山汁 オレンジ	米、じゃがいも	牛乳ラブ、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、板こんにゃく、たまねぎ、ねぎ、にんじん		星たべよミルク大豆 牛乳 ビスケット	* 補食はありません
13 (月)	なすのボロネーゼ 〜 ブロッコリーのおかか和え かぼちゃのスープ 〜 パナナ	米、スパゲティー、油、コーンフレーク、小麦粉、砂糖	牛乳ラブ、豚ひき肉、牛ひき肉、しらす干し、かつお節	パナナ、たまねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー、なす、黄ピーマン、トマトピューレ、にんじん、にんにく	ケチャップ、ウスターソース、ワイン(赤)、コンソメ、しょうゆ、食塩	星たべよミルク大豆 牛乳・ラブ じゃこわかめご飯	ジャムサンド 苺 表 茶
14 (火)	ビーフブリアニ 〜 カラフルサラダ 豆乳ヨーグルト 〜 トロピカーナ鉄分	米、生中華めん、ごま油	和牛(ばら)、木綿豆腐、焼き豚	たまねぎ、にんじん、トマト、きゅうり、もやし、ピーマン、コーン(冷凍)、福神漬、ねぎ	中華スープ、カレー粉、ノンオイル和風ドレッシング、しょうゆ、カレー粉、食塩、こしょう	クラッカーミルク大豆 お茶・麦茶 ラーメン	鮭サンド 表 茶
15 (水)	ご飯 〜 鯖塩麹焼き お浸し(はわれん草しらす干し) 〜 豚汁	米、さといも、砂糖、片栗粉、黒蜜	牛乳ラブ、豆乳、さば、豚肉(そともも脂身なし)、しらす干し、きな粉、油揚げ、かつお節	オレンジ、ほうれんそう、はくさい、だいこん、ねぎ、にんじん		ハイハイミルク大豆 牛乳・ラブ 豆乳ミルクもち	ビーガンチーズトースト 表 茶
16 (木)	豆乳パン 〜 シチュー(ビーフ) ひじきのサラダ 〜 パナナ	米、じゃがいも、オリーブ油、ごま油、三温糖、ひまわり油	牛乳ラブ、牛肉(もも)、ツナ油漬缶、しらす干し、かつお節	パナナ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、ねぎ、コーン(冷凍)、ひじき	ハヤシルウ、ケチャップ、酢、食塩、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ	ミレービスケットミルク大豆 牛乳・ラブ じゃこまぜ御飯	肉巻きおにぎり 表 茶
17 (金)	豚丼(昼) 〜 小魚サラダ すまし汁(なめこ・ほうれん草) 〜 なし	米、ロールパン、砂糖、油、三温糖、ごま油	牛乳ラブ、豚肉(もも)、フランクフルト、しらす干し	なし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、なめこ、きゅうり、レタス	かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、酒、ケチャップ、本みりん、りんご酢、しょうゆ、食塩	星たべよミルク大豆 牛乳・ラブ おやつ・ホットドッグ	切干大根おにぎり 表 茶

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	補食
		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	調味料		
18 (土)	鮭ご飯 具沢山汁 オレンジ	米	牛乳ラブ、さげ(焼)、鶏ひき肉	オレンジ、だいこん、キャベツ、にんじん	かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ	クラッカー ミルク大豆 牛乳・ラブ ビスケット	* 補食はありません
21 (火)	くりごはん ぶりの照り焼き ほうれん草としめじの胡麻和え 豆腐すまし汁(わかめ)	お月見大福 米、ゆでくり、白玉粉、上新粉、砂糖、もち米、ごま、お月見大福	ぶり、木綿豆腐	ほうれん草、たまねぎ、しめじ、緑豆もやし、にんじん、ねぎ、わかめ(生)、こんぶ(だし用)	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩	ミルク大豆 クラッカー お茶・麦茶 みたらし団子	ポテトサンド 麦 茶
22 (水)	カレーうどん 五目野菜のお浸し 焼きいも りんご	干しうどん、さつまいも、米、三温糖、片栗粉、砂糖、すりごま	牛乳ラブ、豚肉(肩ロース)、きな粉、油揚げ	りんご、たまねぎ、にんじん、緑豆もやし、こまつな、生いも板こんにやく、ぜんまい(ゆで)、ねぎ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩、カレー粉	ハイハイミルク大豆 牛乳・ラブ きな粉おはぎ	メンチカツサンド 麦 茶
24 (金)	野菜パン 鶏肉のマーマレード焼き 南瓜の甘煮 いんげんソテー	ズッキーニのスープ。ほたて 米、米粉パン、砂糖、片栗粉、ごま(乾)、油、ひまわり油	牛乳ラブ、鶏もも肉、さくらます(焼)、ほたて	バナナ、かぼちゃ、ズッキーニ、いんげん、にんじん、たまねぎ、マーマレード、にんにく	ワイン(白)、しょうゆ(うすくち)、食塩、しょうゆ、本みりん、コンソメ	ミレービスケットミルク大豆 牛乳・ラブ 鮭ご飯	ジャムサンド ブルーベリー 麦 茶
25 (土)	ハヤシライス コーンスープ(わかめ) オレンジ	米、米粉、油、はちみつ	牛乳ラブ、牛肉(もも)	たまねぎ、オレンジ、にんじん、コーン、マッシュルーム、わかめ	ケチャップ、ウスターソース、ワイン(赤)、コンソメ、食塩、こしょう	星たべよミルク大豆 牛乳 ビスケット	* 補食はありません
27 (月)	キノコのスパゲティ かみかみサラダ(ごぼう・マヨレ) コーンスープ(わかめ) バナナ	スパゲティ、米、マヨレ、ごま、砂糖、ソイレブール	牛乳ラブ、ベーコン、ハム、油揚げ	バナナ、たまねぎ、ごぼう、にんじん、トマト、コーン、なす、しめじ、きゅうり、ピーマン、わかめ、にんにく	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、酢、しょうゆ(うすくち)、食塩、こしょう	星たべよミルク大豆 牛乳・ラブ きつねごはん	ジャムサンド りんご 麦 茶
28 (火)	ご飯 鮭のカレー粉焼き ブロッコリーとコーンのソテー わかめと揚げの味噌汁	豆乳ヨーグルト トロピカーナ鉄分 さつまいも、米、パン粉、油、ひまわり油、砂糖	べにざけ、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	ブロッコリー、コーン、生わかめ	しょうゆ(うすくち)、食塩、カレー粉、パセリ粉	クラッカーミルク大豆 お茶・麦茶 焼きいも	じゃこ菜飯おにぎり 麦 茶
29 (水)	ご飯 チンジャオロースー キャベツとホタテ貝のサラダ 中華風コーンスープ	ぶどう 米、ゆでうどん、ごま油、片栗粉、フレンドレッシング(乳化型)、なたね油、砂糖	牛乳ラブ、豚肉(肩ロース)、豚肉(もも)、ほたて(水煮)	ぶどう、キャベツ、クリームコーン、たけのこ、ピーマン、ねぎ、たまねぎ、チンゲンサイ、きゅうり、にんじん、にんにく、しょうが、あおのり	ウスターソース、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ(しろ)、食塩	ハイハイミルク大豆 牛乳・ラブ おやつ焼きうどん	フルーツサンド 麦 茶
30 (木)	カレーライス・ビーフ カラフルサラダ なし	米、じゃがいも、マカロニ、砂糖、なたね油、ソイレブール	牛乳ラブ、牛肉(肩ロース)、木綿豆腐、きな粉	なし、たまねぎ、にんじん、トマト、きゅうり、ピーマン、コーン	カレーパウダー、ノンオイル和風ドレッシング、食塩	ミレービスケットミルク大豆 牛乳・ラブ マカロニきな粉	鮭菜飯おにぎり 麦 茶

◎ 9月のシークレットメニューは8日 お誕生会の昼の主菜です。ご応募をお待ちしています。

◎ 10日の笹寿司は新潟の郷土料理です。笹の葉は殺菌作用があり香りも楽しめます。

また新潟はデザートで使用する梨の隠れた名産地でもあります。

◎ 21日は中秋の名月です。おやつは3歳児の調理保育で作成する団子を予定しています。

◎ 8月には超早生種のりんご、祝(なるこ)を供しました。今月は2種類の早生種のりんごを予定しています。11月の晩生種まで様々な味わいのりんごを楽しんでいきたいと思ひます。