

日	曜日	献立名	おやつ	おもに体をつくる	おもにエネルギーのもとになる	おもに体の調子を整える
1	金	*お楽しみメニュー* ♪枝豆そぼろ丼	♪㊦さっぱりオレンジケーキ	豚挽肉 ハム お魚ナゲット 卵	米 スパゲティ 油 片栗粉 小麦粉 バター ノンエッグマヨネーズ	人参 枝豆 生姜 きゅうり フルーツゼリー オレンジジュース100%
2	土	*家族ふれあいの日* お弁当	お菓子			
4	月	ご飯 かぼちゃ煮 豆腐入り卵焼き ♪ひじきのじゃこサラダ	㊦マーメイドヨーグルト お菓子	シーチキン 高野豆腐 ひじき ちりめんじゃこ 卵 豆腐 牛乳 スキムミルク	米 油	人参 かぼちゃ いんげん 玉ねぎ しめじ ほうれん草 キャベツ マーメイドジャム
5	火	*なかよしメニュー* ゆかりご飯 栄養きんぴら 大根サラダ 果物	牛乳 お菓子	ちくわ 鶏肉 厚揚げ シーチキン 牛乳	米 こんにやく 油 ノンエッグマヨネーズ	人参 ピーマン ごぼう コーン しいたけ きゅうり 大根 りんご
6	水	冷しゃぶうどん きすの天ぷら トマト	スイカ 	豚肉 きす	うどん 小麦粉 油 ごまドレッシング	人参 レタス きゅうり トマト スイカ
7	木	ご飯 えび団子中華スープ ツナ入り炒り卵 豆腐のふわふわ揚げ 中華きゅうり	0・1歳児:お菓子 2～5歳児 アイス お菓子	えび団子 豆腐 大豆水煮 シーチキン 卵 牛乳 豆腐のふわふわ揚げ	米 油 ごま油	人参 青ねぎ 玉ねぎ しめじ ほうれん草 きゅうり
8	金	*夏まつりごっこ*なかよしメニュー* カレーライス ウインナー ポテト 福神漬 	㊦お楽しみゼリー	牛肉 ウインナー 青のり	米 じゃが芋 油 アレルギーフリーカレーパウダー	人参 ブロッコリー 玉ねぎ 福神漬
9	土	*家族ふれあいの日* コッペパン コンスープ 野菜かき揚げ プリン	お菓子	鶏肉 プリン	コッペパン じゃが芋 小麦粉 油	人参 枝豆 玉ねぎ コーン コーンクリーム缶
12	火	*希望保育* ロールパン 野菜スープ ハンバーグ 果物	牛乳 お菓子	ベーコン 豆腐 合挽肉 牛乳	ロールパン 油	人参 ブロッコリー 玉ねぎ コーン パナナ
13	水	*希望保育* 食パン クリームシチュー 野菜入り炒り卵 ウインナー	牛乳 お菓子	鶏肉 牛乳 卵 ウインナー	食パン じゃが芋 油 シチュールー	人参 ブロッコリー 玉ねぎ ほうれん草
14	木	*希望保育* ロールパン コンソメスープ 白身魚フライ 果物	牛乳 お菓子	鶏肉 白身魚 牛乳	ロールパン じゃが芋 油 小麦粉 パン粉	人参 ブロッコリー 玉ねぎ コーン キウイ
15	金	*希望保育* 食パン ポトフ ベーコンエッグ チーズ	牛乳 お菓子	鶏肉 ベーコン 卵 チーズ 牛乳	食パン じゃが芋 油	人参 ブロッコリー 玉ねぎ コーン
16	土	*希望保育*家族ふれあいの日* ロールパン かき玉汁 唐揚げ ヨーグルト	お菓子	鶏肉 卵 豆腐 ヨーグルト	ロールパン 片栗粉 油	人参 ほうれん草 玉ねぎ
18	月	ご飯 鯨のごま塩焼き トマトマリネ つくね串	牛乳 お菓子	鯨 つくね串 牛乳	米 黒ごま オリーブオイル	トマト パセリ
19	火	ご飯 ゴーヤチャンプルー 春雨サラダ 果物	㊦じゃが芋のふわ揚げ	豚肉 卵 木綿豆腐	米 油 緑豆春雨 じゃが芋 ホットケーキミックス	人参 ゴーヤ 玉ねぎ もやし きゅうり コーン パナナ
20	水	ご飯 トマト肉じゃが 白和え 焼きししゃも	㊦りんごの飲むヨーグルト お菓子	牛肉 大豆水煮 豆腐 ししゃも 牛乳 スキムミルク	米 じゃが芋 こんにやく 油 ごま	人参 ホールトマト缶 玉ねぎ ほうれん草 コーン
21	木	ハムカツサンド 豆乳スープ ミートボール 果物	ミルク カンパン お菓子	ハム 鶏肉 豆腐 豆乳 合挽肉 スキムミルク	食パン 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	キャベツ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ コーン パイン缶
22	金	チャーハン 中華かき玉汁 わかめナムル うるめいわし トマト	0・1歳児:お菓子 2～5歳児 アイス お菓子	豚肉 卵 豆腐 大豆水煮 わかめ うるめいわし	米 じゃが芋 ごま油 ごま	ミックスベジタブル 人参 青ねぎ 玉ねぎ しめじ きゅうり キャベツ トマト
23	土	*家族ふれあいの日* コッペパン ミルクスープ クリームコロッケ ゼリー	お菓子	鶏肉 卵 牛乳	コッペパン じゃが芋 油 小麦粉 パン粉	人参 ブロッコリー 玉ねぎ フルーツゼリー
25	月	♪鯖のさっぱり野菜あんかけ かぼちゃの和風サラダ 果物	ミルク お菓子	鯖 スキムミルク	米 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ	人参 いんげん 玉ねぎ かぼちゃ きゅうり コーン 黄桃缶
26	火	わかめご飯 チーズメンチカツ スパソテー コーン	㊦マンゴー ヨーグルト お菓子	合挽肉 チーズ シーチキン わかめ 牛乳 スキムミルク	米 スパゲティ 油	人参 玉ねぎ コーン マンゴー缶
27	水	ご飯 ラトウイユ チーズ卵焼き ♪ちくわとブロッコリーのマヨ炒め	♪㊦カルピスパン	鶏肉 ちくわ 卵 チーズ カルピス	米 じゃが芋 油 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ ホットケーキミックス	人参 ピーマン 黄パプリカ ホールトマト缶 玉ねぎ なすび ズッキーニ ブロッコリー コーン
28	木	ねばねば素麺 枝豆 照り焼きチキン	0・1歳児:お菓子 2～5歳児 アイス お菓子	ツナ めかぶ 鶏肉	素麺	人参 オクラ きゅうり コーン 枝豆
29	金	ご飯 パイタンスープ カニカマ入り炒り卵 果物	牛乳 お菓子	豚肉 豆腐 大豆水煮 卵 カニカマ 牛乳	米 じゃが芋 油	人参 小松菜 玉ねぎ いんげん オレンジ
30	土	*家族ふれあいの日* お弁当	お菓子			



* 12日(火)～16日(土)は希望保育となります。
* 26日(火)5歳児は給食をお弁当箱に詰める日です。
お弁当箱・ナフキンの用意をお願いいたします。



* 全園児、完全給食です。
* 0～2歳児は、空のお弁当箱・スプーン・フォークはいりません。
* 3～5歳児は、空のお弁当箱を持たせてください。
* 暑いので、こまめに水分補給をしています。
園で補充をしていますが、水分を多めに持たせてください。

* 初めて食べる食材や気になる食材は、ご家庭で何度か食べて
いただきますようお願いいたします。今月の新食材は赤字にしています。
* ♪は新メニューです。おやつ㊦は手作りおやつです。

お盆の精進料理



お盆には仏さまに、肉や魚
など、動物性の食品を使わ
ずに作った精進料理が供え
られます。仏教では生きも
のの殺傷が禁じられている
ため、献立は大豆製品や野
菜が中心の一汁三菜。先祖
への感謝と供養の意味が込
められています。

