

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 牛乳	2 麦茶 カルシウムせんべい
昼食	 暑さに負けないように夏野菜を取り入れたメニューになってるよ！		 僕と似ている色のブルーベリーもおいしい季節だよ☆		ご飯 さばのみそ煮 チンゲン菜 のとろみ炒め、白菜とベー コンのスープ、バナナ	ご飯、野菜炒め、さつまい の甘煮、野菜スープ、りん ご
午後					牛乳、ばりんこ	麦茶、ココナッツサブレ
午前	4 牛乳	5 麦茶、ぼたぼた焼	6 牛乳	7 オレンジジュース	8 牛乳	9 麦茶、星食べよ
昼食	チャーハン ブロッコリーとカニカマのサラ ダ 豆腐のスープ グレープフルーツ	食パン 野菜オムレツ、豆乳味噌 スープ、バナナ	ご飯 鮭の香味揚げ にんじんとコーンの炒め物 なめこのみそ汁 スイカ	チキンカレーライス ちくわ磯辺揚げ 中華スープ りんご	ご飯 スタミナ納豆 かぼちゃの甘煮 おくずかけ バナナ	コーンラーメン きゅうりのゆかり和え コンソメスープ オレンジ
午後	牛乳、うす焼きせんべい	牛乳、たべっこどうぶつ	牛乳、ゆでとうもろこし	牛乳、ぼたぼた焼	牛乳 フレンチトースト（豆乳）	麦茶、鉄入りウエハース
午前	11	12 麦茶、鉄入りウエハース	13 牛乳	14 ドリンクヨーグルト	15 牛乳	16 麦茶、ぼたぼた焼き
昼食	 山の日 ご飯 塩さばのおろしがけ 枝豆の白和え 麩とえのきのすまし汁 オレンジ		なすのミートパスタ スティックきゅうり 豆腐とわかめの中華スープ りんご	ご飯 たらものさっぱり甘酢ソース ほうれん草の磯あえ なめこのみそ汁 バナナ	マーボー丼 いんげんのごま炒め はるさめスープ バイン缶	きつねうどん きゅうりの中華風サラダ グレープフルーツ
午後		牛乳、ばりんこ	牛乳、カレーピラフ	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、ぶどうゼリー	麦茶、クラッカー
午前	18 牛乳	19 麦茶、ヨーグルト	20 牛乳	21 牛乳	22 りんごジュース	23 麦茶 クラッカー
昼食	ご飯 ぶりと味噌照り焼き さつまいと昆布の煮物、切 り干し大根のみそ汁 みかん缶	五目ちらしすし 海苔照りチキン スッキー二の和え物 さつまいのりんご煮 ほうれん草とコーンのすまし汁 スイカ	カレーうどん ピーマンとちくわの炒め物 わかめスープ キウイフルーツ	ご飯 たらものやしあんかけ じゃが芋とツナの煮物 すまし汁 グレープフルーツ	焼きそば フランクフルト フライドポテト オレンジ	三色そぼろ丼 しめじのみそ汁、小松菜と コーンのごま和え オレンジ
午後	牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、星たべよ	牛乳、あんごまサンド	牛乳、ばりんこ	牛乳、バナナパフェ	麦茶、カルシウムせんべい
午前	25 牛乳	26 麦茶、味しらべ	27 牛乳	28 野菜ジュース	29 牛乳	30 麦茶、星たべよ
昼食	わかめご飯 鮭の塩焼き 大根の煮物 豚汁風 キウイフルーツ	ご飯 コーン肉団子 ほうれん草の胡麻マヨ、豆 腐とえのきのすまし汁 りんご	食パン ラトトゥーユ、じゃが芋のごま ネース、きのこのスープ オレンジ	豚肉のみそ丼 きゅうりの昆布和え おくらスープ バナナ	ご飯 鶏のから揚げ にんじんしりしり 厚揚げのみそ汁 バナナ	豚キャベ丼、きゅうりのゆ かり和え コンソメスープ グレープフルーツ
午後	牛乳、ギンピスアスパラガ ス	牛乳、じゃが芋のチーズ焼 き	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、味しらべ	牛乳、鉄入りウエハース	麦茶、ホームパイ

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

	エネルギー kcal	たんぱく g	脂質 g	食塩 g
3才未満児	413	16.3	13	1.5
目標量	464	18.6	12.9	1.5
充足率(%)	89	88	101	100

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ

ちらし寿司は酸味があり、食欲がなくても食べやすいご飯です。また、きゅうりの仲間によく間違えられるスッキー二は、かぼちゃの兄弟です。きゅうりのような見た目ですが、かぼちゃの味と似ているか観察して食べてみてください。





	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 牛乳	2 麦茶、ハイハイソ
昼食	 <p>暑さに負けないように夏野菜を取り入れたメニューになってるよ!</p>	<p>僕と似ている色のブルーベリーもおいしい季節だよ☆彡</p> 		軟飯、さばのみそ煮、野菜炒め、チンゲン菜のスープ、バナナ		軟飯、ひき肉と野菜の炒め物、キャベツのスープ、りんご
午後					どうぶつビスケット、牛乳	麦茶、どうぶつビスケット
午前	4 牛乳	5 麦茶、バナナクッキー	6 牛乳	7 オレンジジュース	8 牛乳	9 麦茶、星食べよ
昼食	チャーハン(軟飯)、フロッコリーとカニカマのサラダ、豆腐のスープ、グレープフルーツ	食パン、野菜炒め、豆乳みそスープ、バナナ	軟飯、鮭の香草揚げ、にんじんとコーンの炒めもの、なめこのみそ汁、スイカ	チキンカレーライス、ちくわ磯辺揚げ、中華スープ、りんご	軟飯、スタミナ納豆、かぼちゃの甘煮、おくずかけ、バナナ	コーンラーメン、きゅうりのゆかりあえ、コンソメスープ、オレンジ
午後	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、昆布とツナのおにぎり	牛乳、小魚せんべい	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、フレンチトースト(豆乳)	麦茶、鉄入りウエハース
午前	11	12 麦茶、鉄入りウエハース	13 牛乳	14 ドリンクヨーグルト	15 牛乳	16 麦茶、小魚せんべい
昼食	 <p>山の日</p>	軟飯、焼さばのおろしかけ、枝豆の白和え、麩とえのきのすまし汁、オレンジ	なすのミートパスタ、スティックきゅうり、豆腐とわかめの中巻スープ、りんご	軟飯、たらものさっぱり甘酢ソース、ほうれん草の磯あえ、なすのみそ汁、バナナ	マーボー丼(軟飯)、いんげんのごま炒め、はるさめスープ、パイン缶	きつねうどん、きゅうりの中華風サラダ、グレープフルーツ
午後	牛乳、ハイハイソ		牛乳、ピラフ(軟飯)	牛乳、ぼたぼた焼	牛乳、ぶどうゼリー	麦茶、どうぶつビスケット
午前	18 牛乳	19 麦茶、ヨーグルト	20 牛乳	21 牛乳	22 りんごジュース	23 麦茶、ひじきせんべい
昼食	軟飯、ぶりのみそ照り焼き、さつまいもと昆布の煮物、切り干し大根のみそ汁、みかん缶	五目ちらしずし、海苔照りチキン、ズッキーニの和え物、さつまいものりんご煮、ほうれん草とコーンのすまし汁、すいか	カレーうどん、ピーマンとちくわの炒め物、わかめスープ、キウイフルーツ	軟飯、たらものやしあんかけ、じゃが芋とツナの煮物、すまし汁(かにかま、えのき)、グレープフルーツ	焼きそば、フランクフルト、フライドポテト、オレンジ	三色そぼろ丼(軟飯)、しめじのみそ汁、オレンジ
午後	牛乳、バナナクッキー	牛乳、ひじきせんべい	麦茶、ウエハース	牛乳、小魚せんべい	牛乳、バナナパフェ	麦茶、ウエハース
午前	25 牛乳	26 麦茶、ハイハイソ	27 牛乳	28 野菜ジュース	29 牛乳	30 麦茶、ひじきせんべい
昼食	わかめ御飯、さけの塩焼き、大根の煮物、豚汁風、キウイフルーツ	軟飯、コーン肉団子、ほうれん草のごまマヨ、豆腐とえのきのすまし汁、りんご	食パン、ラタトゥーユ、じゃがいものごまネーズ、きのこのスープ、オレンジ	豚肉のみそ丼(軟飯)、きゅうりの昆布あえ、おくらスープ、バナナ	軟飯、鶏のから揚げ、にんじんしりしり、厚揚げのみそ汁、バナナ	豚キャベ丼(軟飯)、きゅうりのゆかりあえ、コンソメスープ、グレープフルーツ
午後	かぼちゃクッキー、牛乳	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、わかめおにぎり(軟飯)	牛乳、どうぶつビスケット	牛乳、かぼちゃクッキー	麦茶、ウエハース

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ

ちらし寿司は酸味があり、食欲がなくても食べやすいご飯です。また、きゅうりの間によく間違えられるズッキーニは、かぼちゃの兄弟です。きゅうりのような見た目ですが、かぼちゃの味と似ているか観察して食べてみてください。





	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 麦茶、ヨーグルト	2 麦茶、ハイハイ
昼食	 <p>暑さに負けないように夏野菜を取り入れたメニューになってるよ!</p>	<p>たくさん食べて大きくなってね!</p> 			5倍粥、鮭のみそ煮、チンゲン菜のスープ、バナナ	5倍粥、鶏ひき肉と大豆のトマト煮、わかめスープ、バナナ
午後					ミルク、どうぶつビスケット	ミルク、ヨーグルト
午前	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、ヨーグルト	6 麦茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、やさいかそく
昼食	5倍粥、野菜とろみ煮、わかめスープ、オレンジ	5倍粥、鶏肉の照り煮、つぶし大豆のみそ汁、オレンジ	5倍粥、さけのコーン焼き、なすのみそ汁、オレンジ	5倍粥、さけとさつま芋煮、豚汁、バナナ	5倍粥、納豆と野菜の和え物、かぼちゃのすまし汁、バナナ	7倍粥、鶏肉の洋風煮、じゃがいものスープ、りんご
午後	ミルク、かぼちゃクッキー	ミルク、ひじきせんべい	ミルク、バナナクッキー	ミルク、パン粥	ミルク、フレンチトースト(豆乳)	ミルク、小魚せんべい
午前	11	12 麦茶、ヨーグルト	13 麦茶、ヨーグルト	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ハイハイ
昼食	 <p>山の日</p>	5倍粥、さけのみそ焼き、麩と豆腐のすまし汁、オレンジ	なすの和風パスタ、豆腐スープ、りんご	5倍粥、たらのおろし煮、なめこのみそ汁、オレンジ	5倍粥、マーボー豆腐風、はるさめスープ、バナナ	きつねうどん、きゅうりともやしの和え物、バナナ
午後					ミルク、かぼちゃクッキー	ミルク、ウエハース
午前	18 ヨーグルト、麦茶	19 麦茶、ヨーグルト	20 麦茶、ハイハイ	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ひじきせんべい
昼食	5倍粥、たらのおろし煮、おくらスープ、オレンジ	5倍粥、夏野菜のそぼろ煮、さつま芋のおろし人参和え、ほうれん草のミルクスープ、すいか	野菜煮込みうどん、キャベツ和え物、バナナ	5倍粥、たらのもやしあんかけ、かぼちゃのみそ汁、スイカ	5倍粥、ひき肉とじゃがいもの煮物、キャベツのスープ、りんご	5倍粥、ほうれん草のそぼろあんかけ、しめじのみそ汁、オレンジ
午後	ミルク、おかか粥	牛乳、ひじきせんべい	ミルク、小魚せんべい	ミルク、小魚せんべい	ミルク、どうぶつビスケット	ミルク、やさいかそく
午前	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ヨーグルト	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト	30 麦茶、ひじきせんべい
昼食	5倍粥、鮭と野菜の煮物、さつまいもとしめじのみそ汁、オレンジ	5倍粥、ひき肉ともやしの煮物、わかめのみそ汁、りんご	パン粥、夏野菜のトマト煮、きのこのスープ、オレンジ	5倍粥、鶏肉と野菜のとりみ煮、なめこのみそ汁、りんご	5倍粥、鶏のうま煮、かぼちゃのみそ汁、バナナ	5倍粥、豚キャベツ煮、スティックきゅうり、コンソメスープ、りんご
午後	ミルク、バナナクッキー	ミルク、ゆでじゃが芋	ミルク、きな粉粥	ミルク、ゆでとうもろこし	ミルク、かぼちゃクッキー	ミルク、ウエハース

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。
 ☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。

【服部クッキング監修メニュー】 献立担当の方からのメッセージ
 ちらし寿司は酸味があり、食欲がなくても食べやすいご飯です。
 また、きゅうりの仲間によく間違えられるスッキーニは、かぼちゃの兄弟です。きゅうりのような見た目ですが、かぼちゃの味と似ているか観察して食べてみてください。





	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 牛乳	2 麦茶、カルシウムせんべい
昼食	 <p>暑さに負けないように夏野菜を取り入れたメニューになっているよ！</p>		 <p>僕と似ている色のブルーベリーもおいしい季節だよ☆彡</p>		ご飯 タンドリーチキン ひじきの煮物 つぶし大豆のみそ汁 オレンジ	焼きそば 棒チーズ 野菜スープ バナナ
午後					牛乳、ぱりんこ	麦茶、ココナッツサブレ
午前	4 牛乳	5 麦茶、ぼたぼた焼	6 牛乳	7 りんごジュース	8 牛乳	9 麦茶、昼食べよ
昼食	チャーハン フロccoliーとカニカマのサラダ 豆腐のスープ グレープフルーツ	ご飯 さばのみそ煮 野菜炒め チンゲン菜のスープ バナナ	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のしらすサラダ なめこのみそ汁 パイン缶	ご飯 さげのコーンマヨ焼き ほうれん草の磯あえ なすのみそ汁 オレンジ	ご飯 スタミナ納豆 かぼちゃの甘煮 おくずかけ すいか	豚キャベ丼 きゅうりのゆかりあえ コンソメスープ りんご
午後	牛乳、うす焼きせんべい	牛乳、マリービスケット	牛乳、ゆでとうもろこし	牛乳、ぼたぼた焼	牛乳、豆乳フレンチトースト	麦茶、鉄入りウエハースト
午前	11	12 牛乳	13 牛乳	14 牛乳	15 牛乳	16 麦茶、ぼたぼた焼き
昼食		ご飯 さわらのみそマヨ焼き 枝豆の白和え 麩とえのきのすまし汁 オレンジ	なすのミートパスタ スティックきゅうり 豆腐とわかめ中華スープ りんご	ご飯 肉じゃが 小松菜のツナ和え なめこのみそ汁 オレンジ	マーボー丼 いんげんのごま炒め はるさめスープ パイン缶	カレーうどん きゅうりの中華風サラダ バナナ
午後		牛乳、ぱりんこ	牛乳、カレーピラフ	牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、ギンビスアスパラガス	麦茶、白い風船
午前	18 牛乳	19 野菜ジュース	20 牛乳	21 麦茶、ギンビスアスパラガス	22 牛乳	23 麦茶、ヨーグルト
昼食	豚肉のみそ丼 きゅうりの昆布あえ おくらスープ オレンジ	五目ちらしすし 海苔照りチキン スッキーニの和え物 さつま芋のりんご煮 ほうれん草とコーンのすまし汁 すいか	ドライカレーライス ピーマンとちくわの炒め物 わかめスープ バナナ	ご飯 たらのもやしあんかけ 切干大根の煮物 かぼちゃのみそ汁 スイカ	ゆかりご飯 ひき肉ポテト キャベツのスープ りんご	三色そばろ丼 しめじのみそ汁 オレンジ
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、星たべよ	麦茶、ブルーベリーフロズンヨーグルト	牛乳、カルシウムせんべい	牛乳、コーンフレーク	麦茶、せんべい
午前	25 牛乳	26 牛乳	27 牛乳	28 乳酸菌飲料	29 牛乳	30 麦茶、星たべよ
昼食	ご飯 ぶり野菜の煮物 小松菜とコーンのごま和え さつままいもとしめじのみそ汁	ビビンバ 切干大根のソテー わかめのみそ汁 りんご	食パン 夏野菜たっぷりラタトゥーユ きこのスープ オレンジ	ご飯 さげの塩焼き さつま芋と昆布の煮物 豚汁 キウイフルーツ	ご飯 鶏のから揚げ にんじんしりしり 厚揚げのみそ汁 バナナ	チキンライス じゃがいものスープ グレープフルーツ
午後	牛乳、せんべい	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、わかめおにぎり	牛乳、ブルーベリージャムサンド	牛乳、鉄入りウエハースト	麦茶、鉄入りウエハースト

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

【眼部クッキング監修メニュー】 献立担当の方からのメッセージ

ちらし寿司は酸味があり、食欲がなくても食べやすいご飯です。また、きゅうりの仲間によく間違えられるズッキーニは、かぼちゃの兄弟です。きゅうりのような見た目ですが、かぼちゃの味と似ているか観察して食べてみてください。

