



2026年6月ランチメニュー



今月の栄養量
エネルギー：528kcal
たんぱく質：20.3g
脂質：15.0g
食塩相当量：1.6g

旬の食材
・春大根
・梅干し
・セロリ
・パイナップル
・新茶



～「和ごはん」を取り入れよう～
からだにやさしい「和食」中心の食事を提供しています。

かしわらこども園

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
麦ごはん 鶏肉の照り焼き ひじき煮 大根とほうれん草の味噌汁 ゆかりおにぎり お茶	ごはん 白身魚のしょうゆバター焼き キャベツの甘酢和え 人参と小松菜の味噌汁 黒糖蒸しパン 牛乳	ごはん 鶏肉のバーベキューソテー マカロニサラダ コーンともやしのスープ ジャムサンド 牛乳	☆虫歯予防デー献立☆ 発芽玄米ごはん 豚肉と厚揚げの味噌煮 小松菜のしらす和え わかめと玉葱のすまし汁 麩のラスクとおしゃぶり昆布 牛乳	焼きそば 白菜の磯和え 麩とほうれん草の味噌汁 豆乳きな粉餅 お茶	ウィンナーピラフ 豆腐のスープ 満月ボン 牛乳
8	9	10	11	12	13
ごはん チキン南蛮 いんげんのおかか和え 麩とわかめの味噌汁 みたらしまカロニ 牛乳	麦ごはん 鶏じゃが もやしの酢の物 しめじと小松菜の味噌汁 ぶどうゼリーとばりんこ 牛乳	ごはん 白身魚の煮付け セロリとツナのごま和え 豆乳味噌汁 五平もち お茶	アマランサスごはん 肉野菜炒め トマトとブロッコリーの彩りサラダ ほうれん草と豆腐のスープ きな粉トースト 牛乳	大豆ミートカレーライス ひじきサラダ パイナップル ちぢみ お茶	かやくうどん 竹輪の甘辛炒め 源氏パイ 牛乳
15	16	17	18	19	20
麦ごはん カラフトししゃものパン粉焼き ブロッコリーサラダ 小松菜と人参のスープ 豆腐ドーナツ 牛乳	☆お誕生日会☆ ごはん 麻婆厚揚げ もやし中華和え 玉子スープ バナナケーキ 牛乳	スパゲティナポリタン 春大根サラダ えのきとキャベツのスープ かやくおにぎり お茶	ごはん 肉豆腐 いんげんの和え物 麩とほうれん草の味噌汁 じゃこマヨトースト 牛乳	☆食育：梅干し（しそ）☆ 梅ごはん 鶏肉の塩麴焼き 人参しりしり もやしとわかめの味噌汁 カレーポテト お茶	肉炒め丼 南瓜の味噌汁 ハッピーターン 牛乳
22	23	24	25	26	27
ごはん ビーチシャークのカレー揚げ 小松菜のごま和え 大根と麩の味噌汁 バインヨーグルトとばかうけ お茶	☆食体験：ピーマンの種取り☆ ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き コールスローサラダ あけみさんの玉葱スープ クッキー 牛乳	ごはん チンジャオロース もやしのナムル 中華スープ フルーツポンチ 牛乳	麦ごはん 豆腐入り玉子焼き 胡瓜とちくわの梅のり和え もやしとキャベツの味噌汁 おにぎり食べる煮干し 煎茶(新茶)	☆お米丸とご当地めぐり☆ ごはん 豚肉のバラ焼き風 ほうれん草の塩麴和え かけ風汁 ココアケーキ 牛乳	ひじきチャーハン 白菜のスープ 雪の宿 牛乳
29	30				
ごはん さばのおろし煮 白菜のゆかり和え うす揚げと玉葱の味噌汁 コーンフレーク 牛乳	みなづき はらえ 水無月の祓 夏越しごはん(かき揚げ丼) ブロッコリーのおかか和え 麩と小松菜のすまし汁 水無月 お茶	SDGs 食材 大豆ミート (環境保護・持続可能な食糧生産) ビーチシャーク(未利用魚) 給食ではSDGsに配慮した食材を使用しています。 食べることで、資源を大切にし、未来の環境を守ることができます。 生産者と食卓をつなぐ 大阪府堺市 今野農園…桃太郎トマト 京都府京丹後市 ビオ・ラビッツ…春大根 兵庫県淡路島 野口ファーム…玉葱			



2026年6月ランチメニュー



今月の栄養量
エネルギー：528kcal
脂質：15.0g

たんぱく質：20.3g
食塩相当量：1.6g

かしわらこども園

日	曜日	献立名	3時のオヤ	材料	使っている主な材料		
		昼食			赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
1	月	麦ごはん 鶏肉の照り焼き ひじき煮 味噌汁	ゆかりおにぎり お茶	米,ゆかり お茶	鶏肉 ひじき,ちくわ 味噌	人参,グリーンピース ほうれん草,大根	米,押麦 きび砂糖,片栗粉,じゃがいも キャノー油,きび砂糖
2	火	ごはん 白身魚のしょうゆバター焼き キャベツの甘酢和え 味噌汁	黒糖蒸しパン 牛乳	小麦粉,黒砂糖,ベーキングパウダー キャノー油,豆乳,水 牛乳	たら 味噌	ブロッコリー キャベツ,きゅうり,人参 人参,小松菜	米 小麦粉,大豆バター きび砂糖
3	水	ごはん 鶏肉のバーベキュー マカロニサラダ スープ	ジャムサンド 牛乳	食パン,いちごジャム 牛乳	鶏肉	たまねぎ,キャベツ,人参,ピーマン,にんにく きゅうり,人参 コーン,もやし,パセリ	米 きび砂糖,キャノー油 マカロニ,マヨドレ
4	木	発芽玄米ごはん 豚肉と厚揚げの味噌煮 小松菜のしらす和え すまし汁	麩のラスク おしゃぶり昆布 牛乳	麩,キャノー油,きび砂糖 おしゃぶり昆布 牛乳	豚肉,厚あげ,味噌 しらす わかめ	たまねぎ,人参,青ねぎ 小松菜,はくさい たまねぎ	米,発芽玄米 こんにゃく,きび砂糖 きび砂糖
5	金	焼きそば 白菜の磯和え 味噌汁	豆乳きな粉餅 お茶	豆乳,片栗粉,きび砂糖 きな粉,きび砂糖 お茶	豚肉,糸かつお,青のり粉 刻みのり 味噌	たまねぎ,ピーマン,人参,キャベツ,もやし はくさい,人参 ほうれん草	中華そば,キャノー油 きび砂糖 麩
6	土	ウインナーピラフ 具だくさんスープ	満月ボン 牛乳	小判満月ボン 牛乳	チキンウインナー 豆腐	たまねぎ,コーン,人参,ピーマン もやし,はくさい,人参	米,キャノー油
8	月	ごはん チキン南蛮 いんげんのおかか和え 味噌汁	みたらしマカロニ 牛乳	マカロニ,きび砂糖 こいくちしょうゆ,片栗粉,水 牛乳	鶏肉 糸かつお わかめ,味噌	コーン,たまねぎ,パセリ,キャベツ いんげん,人参	米 小麦粉,キャノー油,きび砂糖,マヨドレ きび砂糖 麩
9	火	麦ごはん 鶏じゃが もやしの酢の物 味噌汁	ぶどうゼリー ばりんこ 牛乳	ぶどうジュース,水 きび砂糖,粉寒天 ばりんこ 牛乳	鶏肉 味噌	たまねぎ,人参,グリーンピース もやし,コーン,人参 しめじ,小松菜	米,押麦 じゃがいも,こんにゃく,キャノー油,きび砂糖 きび砂糖
10	水	ごはん 白身魚の煮付け 和りとツナのごま和え 豆乳味噌汁	五平もち お茶	米,もち米,赤みそ きび砂糖,白ごま,水 お茶	マトウダイ ツナ缶 わかめ,味噌,豆乳	土生姜,ほうれん草 セロリ,きゅうり,人参 たまねぎ	米 きび砂糖 白すりごま,きび砂糖
11	木	アマランサスごはん 肉野菜炒め トマトとブロッコリーの彩りサラダ スープ	きな粉トースト 牛乳	食パン,大豆バター,きな粉 きび砂糖 牛乳	豚肉 豆腐	キャベツ,たまねぎ,人参,ピーマン トマト,ブロッコリー,コーン ほうれん草	米,アマランサス キャノー油 キャノー油,きび砂糖
12	金	大豆ミートカレーライス ひじきサラダ パインアップル	ちぢみ お茶	ちくわ,にら,人参 たまねぎ,小麦粉,塩,水,ごま油 ごま油,米酢,きび砂糖 こいくちしょうゆ お茶	大豆ミート ひじき	じゃがいも,人参,たまねぎ,レーズン きゅうり,人参 パインアップル	米,カレールウ,キャノー油 マヨドレ,白すりごま きび砂糖
13	土	かやくうどん 竹輪の甘辛炒め	源氏バイ 牛乳	源氏バイ 牛乳	うすあげ,鶏肉 ちくわ,青のり粉	しめじ,大根,人参,青ねぎ 人参	うどん,きび砂糖 キャノー油
15	月	麦ごはん かつおししゃものパン粉焼き ブロッコリーサラダ スープ	豆腐ドーナツ 牛乳	小麦粉,豆腐,水,きび砂糖 ベーキングパウダー キャノー油,きび砂糖 牛乳	ししゃも	パセリ,キャベツ ブロッコリー,人参 小松菜,人参	米,押麦 パン粉,キャノー油 キャノー油,きび砂糖
16	火	ごはん 麻婆厚揚げ もやしの中華和え 玉子スープ	バナナケーキ 牛乳	小麦粉,きび砂糖,キャノー油,豆乳 ベーキングパウダー バナナ 牛乳	厚あげ,豚ミンチ,赤みそ 卵	たまねぎ,人参,青ねぎ,土生姜 もやし,小松菜,人参 青ねぎ	米 キャノー油,きび砂糖,片栗粉,ごま油 きび砂糖,ごま油 片栗粉
17	水	スバグティナポリタン 春大根サラダ スープ	かやくおにぎり お茶	米,ちくわ,椎茸,人参,本みりん うすくちしょうゆ,昆布 お茶	チキンウインナー	たまねぎ,人参,ピーマン 大根,人参,きゅうり えのき,キャベツ	スバグティ,キャノー油 キャノー油,きび砂糖
18	木	ごはん 肉豆腐 いんげんのお和え物 味噌汁	じゃこマヨトースト 牛乳	食パン,マヨドレ,しらす パセリ 牛乳	豚肉,豆腐 味噌	はくさい,たまねぎ,人参,青ねぎ いんげん,人参 ほうれん草	米 きび砂糖 きび砂糖 麩
19	金	梅ごはん 鶏肉の塩麹焼き 人参しりしり 味噌汁	カレーポテト お茶	じゃがいも,キャノー油 カレー粉,塩 お茶	鶏肉 ツナ缶 わかめ,味噌	梅干し 小松菜 人参,コーン もやし	米,白ごま キャノー油
20	土	肉炒め丼 具だくさん味噌汁	ハッピーターン 牛乳	ハッピーターン 牛乳	豚肉 うすあげ,味噌	キャベツ,たまねぎ,人参,土生姜 人参,南瓜,ほうれん草	米,キャノー油,きび砂糖
22	月	ごはん ピーチシャークのカレー揚げ 小松菜のごま和え 味噌汁	パインヨーグルト ばかうけ お茶	パイン缶,ヨーグルト きび砂糖 ばかうけ お茶	ピーチシャークK 40g 味噌	ブロッコリー 小松菜,はくさい,人参 大根,青ねぎ	米 片栗粉,小麦粉,キャノー油 白すりごま,きび砂糖 麩
23	火	ロールパン 鶏肉のマニッシュ焼き コールスローサラダ スープ	クッキー 牛乳	小麦粉,きび砂糖 大豆バター,豆乳 牛乳	鶏肉 チキンウインナー	ブロッコリー キャベツ,きゅうり,人参 たまねぎ,パセリ	NEGI ターrol マニッシュ きび砂糖,キャノー油
24	水	ごはん チンジャオロース もやしのナムル スープ	フルーツポンチ 牛乳	パイン缶,黄桃缶,水 ゼリー（巨峰）,バナナ きび砂糖,レモン,レモン汁 牛乳	豚肉 わかめ	たけのこ,たまねぎ 赤ピーマン,ピーマン,にんにく,土生姜 もやし,小松菜,人参 コーン	米 片栗粉,キャノー油,きび砂糖 ごま油 ごま油,きび砂糖
25	木	麦ごはん 豆腐入り玉子焼き 胡瓜とちくわの梅のり和え 味噌汁	おにぎり 食べる煮干し 煎茶	米,鉄入りふりかけ鯉 食べる小魚 お茶	豆腐,卵,豚ミンチ ちくわ,しらす,刻みのり 味噌	人参,椎茸 きゅうり,梅干し もやし,キャベツ	米,押麦 キャノー油,きび砂糖
26	金	ごはん 豚肉のバラ焼き風 ほうれん草の塩麹和え かつけ風汁	ココアケーキ 牛乳	小麦粉,きび砂糖 ベーキングパウダー キャノー油,豆乳,ココア 牛乳	豚肉 豆腐,味噌	たまねぎ,りんご,にんにく,土生姜 ほうれん草,もやし,人参 大根,はくさい,にんにく,青ねぎ	米 キャノー油,きび砂糖,じゃがいも 麦かけ
27	土	ひじきチャーハン 具だくさんスープ	雪の宿 牛乳	雪の宿 牛乳	豚ミンチ,ひじき わかめ	コーン,たまねぎ,人参,ピーマン 人参,えのき,はくさい	米,キャノー油
29	月	ごはん さばのおろし煮 白菜のゆかり和え 味噌汁	コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク コーンフレークシュガー味 牛乳	サバ うすあげ,味噌	大根,ほうれん草 はくさい,人参,ゆかり たまねぎ,青ねぎ	米 きび砂糖 きび砂糖
30	火	夏越しごはん ブロッコリーのおかか和え すまし汁	水無月 お茶	白玉粉,片栗粉,小麦粉 上新粉,さとう,水,甘納豆 お茶	かまぼこ 糸かつお	南瓜,たまねぎ,コーン,人参,いんげん ブロッコリー,人参 小松菜	米,押麦,発芽玄米,アマランサス,小麦粉 片栗粉,キャノー油,きび砂糖 きび砂糖 麩

- ◆赤はからだをつくる食品・緑はからだの調子をととのえる食品・黄はからだを動かすエネルギーのもとになる食品です。
- ◆材料の都合により、献立は変更する場合があります。
- ◆乳児は朝おやつに牛乳を提供します。

乳児朝おやつ一覧						
マンナビスケット	ムーンライト	カルルス	マンナウエハース	ソフトな小魚せん	ビスコ	きなこ餅せんべい

現場：かしわらこども園
献立種類：初期食（5～6ヶ月）（通常）
年月日：2026年6月1日（月）～ 2026年6月30日（火）

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
昼食	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 ホキ 出汁 ■じゃが芋のやわらか煮 じゃがいも 出汁 ■ほうれん草のやわらか煮 ほうれん草 出汁	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 たら 出汁 ■キャベツのやわらか煮 キャベツ 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 出汁 ■キャベツのやわらか煮 キャベツ 出汁	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 かれい 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 出汁 ■玉葱のやわらか煮 たまねぎ 出汁	■煮込みうどん うどん 出汁 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■ほうれん草のやわらか煮 ほうれん草 出汁 ■胡瓜のやわらか煮 きゅうり 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■白菜のやわらか煮 はくさい 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 出汁
	8	9	10	11	12	13
昼食	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 ホキ 出汁 ■玉葱のやわらか煮 たまねぎ 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■じゃが芋のやわらか煮 じゃがいも 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 出汁	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 マトウダイ 出汁 ■ほうれん草のやわらか煮 ほうれん草 出汁 ■玉葱のやわらか煮 たまねぎ 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■トマトのやわらか煮 トマト 出汁 ■ほうれん草のやわらか煮 ほうれん草 出汁	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 たら 出汁 ■胡瓜のやわらか煮 きゅうり 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 出汁	■煮込みうどん うどん 出汁 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■大根のやわらか煮 大根 出汁 ■ブロッコリーのやわらか煮 ブロッコリー 出汁
	15	16	17	18	19	20
昼食	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 かれい 出汁 ■キャベツのやわらか煮 キャベツ 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■玉葱のやわらか煮 たまねぎ 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 出汁	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 ホキ 出汁 ■胡瓜のやわらか煮 きゅうり 出汁 ■大根のやわらか煮 大根 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■白菜のやわらか煮 はくさい 出汁 ■ほうれん草のやわらか煮 ほうれん草 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 出汁	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 マトウダイ 出汁 ■南瓜のやわらか煮 南瓜 出汁 ■キャベツのやわらか煮 キャベツ 出汁
	22	23	24	25	26	27
昼食	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 たら 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 出汁 ■大根のやわらか煮 大根 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■ブロッコリーのやわらか煮 ブロッコリー 出汁 ■玉葱のやわらか煮 たまねぎ 出汁	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 マトウダイ 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■胡瓜のやわらか煮 きゅうり 出汁 ■キャベツのやわらか煮 キャベツ 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■じゃが芋のやわらか煮 じゃがいも 出汁 ■ほうれん草のやわらか煮 ほうれん草 出汁	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 ホキ 出汁 ■玉葱のやわらか煮 たまねぎ 出汁 ■白菜のやわらか煮 はくさい 出汁
	29	30				
昼食	■つぶし粥 米 ■白身魚のやわらか煮 かれい 出汁 ■白菜のやわらか煮 はくさい 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 出汁	■つぶし粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 出汁 ■南瓜のやわらか煮 南瓜 出汁 ■ブロッコリーのやわらか煮 ブロッコリー 出汁				

現場：かしわらこども園
献立種類：中期食（7～8ヶ月）（通常）
年月日：2026年6月1日（月）～ 2026年6月30日（火）

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
昼食	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 ホキ じゃがいも 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 大根 出汁 ■スープ ほうれん草 出汁	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 たら ブロッコリー 出汁 ■キャベツのやわらか煮 キャベツ きゅうり 出汁 ■スープ 人参 小松菜 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 キャベツ 出汁 ■マカロニのやわらか煮 マカロニ きゅうり 人参 出汁 ■スープ たまねぎ 出汁	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 かれい たまねぎ 人参 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 はくさい 出汁 ■スープ たまねぎ 出汁	■煮込みうどん うどん 豆腐 ほうれん草 人参 出汁 ■白菜のやわらか煮 はくさい 人参 出汁	■雑炊 米 豆腐 たまねぎ コーン 人参 出汁 ■スープ はくさい 人参 出汁
10時	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■野菜せんべい ハイハイン野菜
3時	■ブロッコリー粥 米 ブロッコリー	■さつま芋茶巾 さつまいも	■パン粥 食パン 水	■オレンジ寒天 オレンジ 水 粉寒天	■やわらか豆乳きな粉餅 豆乳 片栗粉 きな粉	■ハイハイン ハイハイン プレーン
	8	9	10	11	12	13
昼食	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 ホキ たまねぎ キャベツ 出汁 ■いんげんのやわらか煮 いんげん 人参 出汁 ■スープ 麩 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 じゃがいも 人参 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 コーン 出汁 ■スープ 小松菜 出汁	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 マトウダイ ほうれん草 出汁 ■胡瓜のやわらか煮 きゅうり 人参 出汁 ■スープ たまねぎ 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 たまねぎ 人参 出汁 ■トマトのやわらか煮 トマト ブロッコリー 出汁 ■スープ ほうれん草 出汁	■雑炊 米 たら じゃがいも, 人参 出汁 ■胡瓜のやわらか煮 きゅうり 人参 出汁 ■スープ たまねぎ 出汁	■煮込みうどん うどん 豆腐 大根 人参 出汁 ■ブロッコリーのやわらか煮 ブロッコリー 人参 出汁
10時	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい
3時	■きな粉マカロニ マカロニ きな粉	■オレンジ寒天 オレンジ 水 粉寒天	■人参粥 米 人参	■きな粉パン粥 食パン きな粉 水	■人参粥 米 人参	■野菜せんべい ハイハイン野菜
	15	16	17	18	19	20
昼食	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 かれい キャベツ 出汁 ■ブロッコリーのやわらか煮 ブロッコリー 人参 出汁 ■スープ 小松菜 人参 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 たまねぎ 人参 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 出汁 ■スープ 人参 出汁	■スパゲティのやわらか煮 スパゲティ ホキ たまねぎ 人参 出汁 ■大根のやわらか煮 大根 人参 出汁 ■スープ キャベツ 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 はくさい 出汁 ■いんげんのやわらか煮 いんげん 人参 出汁 ■スープ 麩 ほうれん草 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 小松菜 出汁 ■人参のやわらか煮 人参 コーン 出汁 ■スープ 南瓜 出汁	■雑炊 米 マトウダイ キャベツ たまねぎ 人参 出汁 ■スープ 南瓜 ほうれん草 出汁
10時	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい
3時	■りんごのコンポート りんご 水	■バナナ バナナ	■ブロッコリー粥 米 ブロッコリー	■パン粥 食パン 水	■じゃが芋茶巾 じゃがいも	■ハイハイン ハイハイン プレーン
	22	23	24	25	26	27
昼食	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 たら ブロッコリー 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 はくさい 出汁 ■スープ 麩 大根 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 人参 ブロッコリー 出汁 ■キャベツのやわらか煮 キャベツ きゅうり 出汁 ■スープ たまねぎ 出汁	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 マトウダイ たまねぎ 人参 出汁 ■小松菜のやわらか煮 小松菜 人参 出汁 ■スープ コーン 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 人参 出汁 ■胡瓜のやわらか煮 きゅうり 人参 出汁 ■スープ キャベツ 出汁	■七分粥 米 ■豆腐のやわらか煮 豆腐 たまねぎ じゃがいも 出汁 ■ほうれん草のやわらか煮 ほうれん草 人参 出汁 ■スープ 大根 はくさい 出汁	■雑炊 米 ホキ 人参 たまねぎ 出汁 ■スープ 人参 はくさい 出汁
10時	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■野菜せんべい ハイハイン野菜
3時	■ヨーグルト ヨーグルト	■にゅうめん そうめん 人参 出汁	■バナナ バナナ	■コーン粥 米 コーン	■豆乳寒天 豆乳 粉寒天	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい
	29	30				
昼食	■七分粥 米 ■白身魚のやわらか煮 かれい ほうれん草 出汁 ■白菜のやわらか煮 はくさい 人参 出汁 ■スープ たまねぎ 出汁	■雑炊 米 豆腐 南瓜 人参 出汁 ■ブロッコリーのやわらか煮 ブロッコリー 人参 出汁 ■スープ 小松菜 麩 出汁				
10時	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■ハイハイン ハイハイン プレーン				
3時	■南瓜茶巾 南瓜	■きな粉粥 米 きな粉				

現場：かしわらこども園
献立種類：後期食（9～11ヶ月）（通常）
年月日：2026年6月1日（月）～ 2026年6月30日（火）

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
	■全粥 米 ■鶏肉煮 鶏肉 じゃがいも うすくちしょうゆ 出汁 ■ひじき煮 ひじき 人参 うすくちしょうゆ 出汁 ■味噌汁 ほうれん草 大根 味噌 出汁	■全粥 米 ■白身魚の煮付け たら ブロッコリー 出汁 うすくちしょうゆ ■キャベツ煮 キャベツ きゅうり 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 人参 小松菜 味噌 出汁	■全粥 米 ■鶏肉煮 鶏肉 キャベツ ピーマン 出汁 うすくちしょうゆ ■マカロニ煮 マカロニ きゅうり 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ たまねぎ うすくちしょうゆ 出汁	■全粥 米 ■豚肉煮 豚肉 たまねぎ 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■小松菜の煮浸し 小松菜 はくさい 出汁 うすくちしょうゆ ■すまし汁 わかめ たまねぎ うすくちしょうゆ 出汁	■煮込みうどん うどん 豆腐 ほうれん草 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■白菜の煮浸し はくさい 人参 出汁 うすくちしょうゆ	■雑炊 米 豆腐 たまねぎ コーン 人参 ピーマン 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ はくさい 人参 出汁 うすくちしょうゆ
1 0 時	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■マンナビスケット マンナビスケット	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■ソフトな小魚せんべい ソフトな小魚せん	■マンナウエハース マンナウエハース
3 時	■ブロッコリー粥 米 ブロッコリー	■さつま芋茶巾 米 さつまいも	■食パン 食パン	■オレンジ寒天 オレンジ 水 粉寒天 きび砂糖	■やわらか豆乳きな粉餅 豆乳 片栗粉 きび砂糖 きな粉 きび砂糖	■ハイハイン ハイハイン プレーン
	8	9	10	11	12	13
	■全粥 米 ■鶏肉煮 鶏肉 たまねぎ キャベツ 出汁 うすくちしょうゆ ■いんげん煮 いんげん 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 麩 わかめ 出汁 味噌	■全粥 米 ■鶏じゃが 鶏肉 じゃがいも 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■人参煮 人参 コーン 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 しめじ 小松菜 出汁 味噌	■全粥 米 ■白身魚の煮付け マトウダイ ほうれん草 出汁 うすくちしょうゆ ■胡瓜煮 きゅうり 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 たまねぎ わかめ 味噌 出汁	■全粥 米 ■肉野菜煮 豚肉 たまねぎ 人参 ピーマン 出汁 うすくちしょうゆ ■トマト煮 トマト ブロッコリー 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ ほうれん草 うすくちしょうゆ 出汁	■雑炊 米 たら じゃがいも、人参 出汁 うすくちしょうゆ ■ひじき煮 ひじき きゅうり 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ たまねぎ 出汁 うすくちしょうゆ	■煮込みうどん うどん 鶏肉 大根 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■ブロッコリー煮 ブロッコリー 人参 出汁 うすくちしょうゆ
1 0 時	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■マンナビスケット マンナビスケット	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■ソフトな小魚せんべい ソフトな小魚せん
3 時	■きな粉マカロニ マカロニ きな粉 きび砂糖	■オレンジ寒天 オレンジ 水 粉寒天 きび砂糖	■味噌雑炊 米 人参 赤みそ 出汁	■きな粉食パン 食パン きな粉 きび砂糖	■人参粥 米 人参	■野菜せんべい ハイハイン野菜
	15	16	17	18	19	20
	■全粥 米 ■白身魚の煮付け かれい キャベツ 出汁 うすくちしょうゆ ■ブロッコリー煮 ブロッコリー 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ 小松菜 人参 出汁 うすくちしょうゆ	■全粥 米 ■麻婆豆腐 豆腐 豚ミンチ たまねぎ 人参 水 赤みそ うすくちしょうゆ 片栗粉 ■小松菜の煮浸し 小松菜 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ 人参 出汁 うすくちしょうゆ	■スパゲティ煮 スパゲティ ホキ たまねぎ ピーマン 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■大根煮 大根 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ キャベツ 出汁 うすくちしょうゆ	■全粥 米 ■肉豆腐 豚肉 はくさい 豆腐 出汁 うすくちしょうゆ ■いんげん煮 いんげん 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 麩 ほうれん草 味噌 出汁	■全粥 米 ■鶏肉煮 鶏肉 小松菜 出汁 うすくちしょうゆ ■人参煮 人参 コーン 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 南瓜 わかめ 出汁 味噌	■雑炊 米 豚肉 キャベツ たまねぎ 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 南瓜 ほうれん草 出汁 味噌
1 0 時	■マンナウエハース マンナウエハース	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■マンナビスケット マンナビスケット	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい
3 時	■りんごのコンポート りんご 水 きび砂糖	■バナナ バナナ	■ブロッコリー粥 米 ブロッコリー	■食パン 食パン	■じゃが芋スティック じゃがいも	■ハイハイン ハイハイン プレーン
	22	23	24	25	26	27
	■全粥 米 ■白身魚の煮付け たら ブロッコリー 出汁 うすくちしょうゆ ■小松菜の煮浸し 小松菜 はくさい 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 麩 大根 味噌 出汁	■全粥 米 ■鶏肉煮 鶏肉 人参 ブロッコリー 出汁 うすくちしょうゆ ■キャベツ煮 キャベツ きゅうり 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ たまねぎ うすくちしょうゆ 出汁	■全粥 米 ■豚肉煮 豚肉 たまねぎ 人参 ピーマン 出汁 うすくちしょうゆ ■小松菜の煮浸し 小松菜 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ わかめ コーン 出汁 うすくちしょうゆ	■全粥 米 ■豆腐のそぼろ煮 豆腐 豚ミンチ 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■胡瓜煮 きゅうり 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 キャベツ 味噌 出汁	■全粥 米 ■豚肉煮 豚肉 たまねぎ じゃがいも 出汁 うすくちしょうゆ ■ほうれん草の煮浸し ほうれん草 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 大根 はくさい 味噌 出汁	■ひじき雑炊 米 豚ミンチ ひじき 人参 たまねぎ 出汁 うすくちしょうゆ ■スープ 人参 わかめ はくさい 出汁 うすくちしょうゆ
1 0 時	■ソフトな小魚せんべい ソフトな小魚せん	■マンナウエハース マンナウエハース	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■野菜せんべい ハイハイン野菜	■ハイハイン ハイハイン プレーン	■マンナビスケット マンナビスケット
3 時	■ヨーグルト ヨーグルト きび砂糖	■にゅうめん そうめん 人参 うすくちしょうゆ 出汁	■バナナ バナナ	■コーン粥 米 コーン	■豆乳寒天 豆乳 粉寒天 きび砂糖	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい
	29	30				
	■全粥 米 ■白身魚の煮付け かれい ほうれん草 出汁 うすくちしょうゆ ■白菜の煮浸し はくさい 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■味噌汁 たまねぎ 味噌 出汁	■雑炊 米 豆腐 南瓜 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■ブロッコリー煮 ブロッコリー 人参 出汁 うすくちしょうゆ ■すまし汁 小松菜 麩 出汁 うすくちしょうゆ				
1 0 時	■アンパンマンせんべい アンパンマンピーせんべい	■ソフトな小魚せんべい ソフトな小魚せん				
3 時	■南瓜茶巾 南瓜	■きな粉粥 米 きな粉				

現場：かしわらこども園
献立種類：完了食（12～18ヶ月）（通常）
年月日：2026年6月1日（月）～ 2026年6月30日（火）

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
昼食	■麦ごはん 米 押麦 ■鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ 本みりん きび砂糖 片栗粉 ***付け合せ*** じゃがいも 塩 ■ひじき煮 ひじき ちくわ 人参 グリーンピース キャノール油 出汁 きび砂糖 こいくちしょうゆ ■味噌汁 ほうれん草 大根 味噌 出汁	■軟飯 米 ■白身魚のしょうゆバター焼き たら 塩 小麦粉 大豆バター こいくちしょうゆ 本みりん ***付け合せ*** ブロッコリー 塩 ■キャベツの甘酢和え キャベツ きゅうり 人参 米酢 きび砂糖 うすくちしょうゆ 塩 ■味噌汁 人参 小松菜 味噌 出汁	■軟飯 米 ■鶏肉のハーフキューター 鶏肉 たまねぎ キャベツ 人参 ピーマン ・ こいくちしょうゆ きび砂糖 本みりん ウスターソース ケチャップ キャノール油 ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり 人参 マヨドレ 塩 ■スープ コーン もやし パセリ ブイヨン うすくちしょうゆ 塩 水	■発芽玄米ごはん 米 発芽玄米 ■豚肉と厚揚げの味噌煮 豚肉 厚あげ たまねぎ 人参 ・ 青ねぎ 出汁 味噌 きび砂糖 こいくちしょうゆ 酒 本みりん ■小松菜のしらす和え 小松菜 はくさい しらす うすくちしょうゆ きび砂糖 ■すまし汁 わかめ たまねぎ 出汁 塩 うすくちしょうゆ	■焼きそば 中華そば 豚肉 たまねぎ ピーマン 人参 キャベツ もやし とんかつソース ウスターソース ブイヨン キャノール油 糸かつお 青のり粉 ■白菜の磯和え はくさい 人参 豆腐 ブイヨン うすくちしょうゆ 塩 水 ■味噌汁 ほうれん草 麴 味噌 出汁	■ウインナーピラフ 米 たまねぎ チキンウインナー コーン 人参 ピーマン キャノール油 ブイヨン うすくちしょうゆ 塩 ■具だくさんスープ もやし はくさい 人参 豆腐 ブイヨン うすくちしょうゆ 塩 水
10時	■ビスコ ビスコ ■牛乳 牛乳	■きな粉せんべい きな粉餅（煎餅） ■牛乳 牛乳	■マンナビスケット マンナビスケット ■牛乳 牛乳	■ムーンライト ムーンライト ■牛乳 牛乳	■カルルス カルルス ■牛乳 牛乳	■マンナウエハース マンナウエハース ■牛乳 牛乳
3時	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 お茶	■黒糖蒸しパン 小麦粉 黒砂糖 ベーキングパウダー キャノール油 豆乳 水 ■牛乳 牛乳	■ジャムサンド 食パン いちごジャム ■牛乳 牛乳	■麴のラスク 麴 キャノール油 きび砂糖 ■おしゃぶり昆布 おしゃぶり昆布 ■牛乳 牛乳	■豆乳きな粉餅 豆乳 片栗粉 きび砂糖 きな粉 きび砂糖 ■お茶 お茶	■ハイハイン プレーン ■牛乳 牛乳
	8	9	10	11	12	13
昼食	■軟飯 米 ■チキン南蛮 鶏肉 塩 酒 小麦粉 キャノール油 ★★★★★★ うすくちしょうゆ 米酢 きび砂糖 ★★★★★★ マヨドレ コーン たまねぎ パセリ 米酢 きび砂糖 塩 ***付け合せ*** キャベツ うすくちしょうゆ ■いんげんのおかか和え いんげん 人参 糸かつお きび砂糖 うすくちしょうゆ ■味噌汁 麴 わかめ 味噌 出汁	■麦ごはん 米 押麦 ■鶏じゃが 鶏肉 じゃがいも たまねぎ 人参 ・ キャノール油 きび砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 本みりん 酒 出汁 グリーンピース ■もやしの酢の物 もやし コーン 人参 米酢 きび砂糖 うすくちしょうゆ 塩 ■味噌汁 しめじ 小松菜 味噌 出汁	■軟飯 米 ■白身魚の煮付け マトウダイ ・ こいくちしょうゆ 酒 本みりん きび砂糖 出汁 ***付け合せ*** ほうれん草 うすくちしょうゆ ■和りとツナのごま和え セロリ きゅうり ツナ缶 人参 白すりごま うすくちしょうゆ きび砂糖 ■豆乳味噌汁 たまねぎ わかめ 味噌 豆乳 出汁	■アマランサスごはん 米 アマランサス ■肉野菜炒め 豚肉 キャベツ たまねぎ 人参 キャノール油 ウスターソース 塩 ブイヨン ***飾り*** ピーマン ■トマトとブロッコリーの彩りサラダ トマト ブロッコリー コーン 塩 米酢 キャノール油 きび砂糖 ■スープ ほうれん草 豆腐 ブイヨン うすくちしょうゆ 塩 水	■大豆ミートカレーライス 米 大豆ミート じゃがいも、人参 たまねぎ レーズン カレーの王子様 キャノール油 水 ■ひじきサラダ ひじき きゅうり 人参 マヨドレ 白すりごま うすくちしょうゆ 米酢 きび砂糖 ■パイナップル パイナップル	■かやくうどん うどん しめじ うすあげ 鶏肉 大根 人参 青ねぎ 出汁 うすくちしょうゆ 本みりん きび砂糖 塩 酒 ■竹輪の甘辛炒め ちくわ 人参 こいくちしょうゆ 本みりん キャノール油 青のり粉
10時	■ソフトな小魚せんべい ソフトな小魚せん ■牛乳 牛乳	■ビスコ ビスコ ■牛乳 牛乳	■きな粉せんべい きな粉餅（煎餅） ■牛乳 牛乳	■マンナビスケット マンナビスケット ■牛乳 牛乳	■ムーンライト ムーンライト ■牛乳 牛乳	■カルルス カルルス ■牛乳 牛乳
3時	■みたらしまカロニ マカロニ きび砂糖 こいくちしょうゆ 片栗粉 水 ■牛乳 牛乳	■ぶどうゼリー ぶどうジュース 水 きび砂糖 粉寒天 60cc丸カップ ■牛乳 牛乳	■味噌焼きおにぎり 米 赤みそ きび砂糖 白ごま 水 ■お茶 お茶	■きな粉トースト 食パン 大豆バター きな粉 きび砂糖 ■牛乳 牛乳	■ちぢみ ちくわ にら 人参 たまねぎ 小麦粉 塩 水 ★★★★★★ ごま油 ***たれ*** ごま油 米酢 こいくちしょうゆ きび砂糖 ■お茶 お茶	■野菜せんべい ハイハイン野菜 ■牛乳 牛乳

昼食	15	■麦ごはん 米 押麦 ■ｶﾌﾄｼｼﾔﾓのﾊﾝﾌｨﾔｷ ししﾔﾓ ﾊﾝﾌｨﾔ ﾊﾟｾﾘ ｷﾞﾅｰﾗｳ ***付け合せ*** ｷｬﾍﾞﾂ うすくちしょうゆ ■ﾌﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ ﾌﾛｯｺﾘｰ 人参 米酢 うすくちしょうゆ ｷﾞﾅｰﾗｳ ｷﾋﾞ砂糖 ■ｽｰﾌﾟ 小松菜 人参 ﾌﾞｲｵﾝ うすくちしょうゆ 塩 水	16	■軟飯 米 ■麻婆厚揚げ 厚あげ 豚ミンチ たまねぎ 人参 青ねぎ ・ ｷﾞﾅｰﾗｳ 鶏ガラスープ 水 赤みそ きび砂糖 こいくちしょうゆ 酒 片栗粉 水 ごま油 ■もやしの中華和え もやし 小松菜 人参 うすくちしょうゆ きび砂糖 ごま油 ■玉子スープ 卵 青ねぎ うすくちしょうゆ 鶏ガラスープ 塩 水 片栗粉 水	17	■スパゲティナポリタン スパゲティ チキンウインナー たまねぎ 人参 ピーマン ブイヨン ｷﾞﾅｰﾗｳ 塩 ケチャップ ■春大根サラダ 大根 人参 きゅうり 米酢 ｷﾞﾅｰﾗｳ うすくちしょうゆ きび砂糖 ■ｽｰﾌﾟ えのき キャベツ うすくちしょうゆ ブイヨン 塩 水	18	■軟飯 米 ■肉豆腐 豚肉 はくさい たまねぎ 人参 豆腐 青ねぎ 出汁 こいくちしょうゆ 本みりん きび砂糖 酒 ■いんげんの和え物 いんげん 人参 うすくちしょうゆ きび砂糖 ■味噌汁 麴 ほうれん草 出汁 味噌	19	■梅ごはん 米 梅干し 白ごま ■鶏肉の塩麴焼き 鶏肉 酒 塩麴 ***付け合せ*** 小松菜 うすくちしょうゆ ■人参しりしり 人参 コーン ツナ缶 ｷﾞﾅｰﾗｳ 酒 うすくちしょうゆ 塩 ■味噌汁 もやし わかめ 味噌 出汁	20	■肉炒め丼 米 豚肉 キャベツ たまねぎ 人参 ｷﾞﾅｰﾗｳ ・ こいくちしょうゆ きび砂糖 本みりん ■具だくさん味噌汁 人参 南瓜 うすあげ ほうれん草 出汁 味噌
	10時	■マンナウエハース マンナウエハース ■牛乳 牛乳	■ソフトな小魚せんべい ソフトな小魚せん ■牛乳 牛乳	■ビスコ ビスコ ■牛乳 牛乳	■きな粉せんべい きな粉餅（煎餅） ■牛乳 牛乳	■マンナビスケット マンナビスケット ■牛乳 牛乳	■ムーンライト ムーンライト ■牛乳 牛乳					
	3時	■豆腐ドーナツ 小麦粉 豆腐 水 きび砂糖 ベーキングパウダー ｷﾞﾅｰﾗｳ きび砂糖 ■牛乳 牛乳	■バナナケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー きび砂糖 ｷﾞﾅｰﾗｳ 豆乳 バナナ ■牛乳 牛乳	■かやくおにぎり 米 ちくわ 椎茸 人参 本みりん うすくちしょうゆ 昆布 ■お茶 お茶	■じゃこマヨトースト 食パン マヨドレ しらす パセリ ■牛乳 牛乳	■粉ふき芋 じゃがいも 塩 ■お茶 お茶	■ハイハイン ハイハイン プレーン ■牛乳 牛乳					
昼食	22	■軟飯 米 ■ピーチシャークの天ぷら ピーチシャークK 40g 塩 酒 片栗粉 小麦粉 水 ・ ｷﾞﾅｰﾗｳ ***付け合せ*** ﾌﾛｯｺﾘｰ うすくちしょうゆ ■小松菜のごま和え 小松菜 はくさい 人参 白すりごま きび砂糖 うすくちしょうゆ ■味噌汁 麴 大根 味噌 出汁 青ねぎ	23	■ロールパン NEGA'ﾀｰｰｰ ■鶏肉のﾑｰｰｰ 焼き 鶏肉 ﾑｰｰｰ こいくちしょうゆ ***付け合せ*** ﾌﾛｯｺﾘｰ うすくちしょうゆ ■ｺｰﾙｽｰｰｰ キャベツ きゅうり 人参 米酢 きび砂糖 ｷﾞﾅｰﾗｳ 塩 ■ｽｰﾌﾟ たまねぎ チキンウインナー パセリ うすくちしょうゆ ブイヨン 塩 水	24	■軟飯 米 ■チンジャオロース 豚肉 こいくちしょうゆ 酒 片栗粉 たけのこ たまねぎ 赤ピーマン ピーマン ｷﾞﾅｰﾗｳ ・ 鶏ガラスープ きび砂糖 塩 こいくちしょうゆ ごま油 ■もやしのナムル もやし 小松菜 人参 ごま油 こいくちしょうゆ きび砂糖 米酢 ■ｽｰﾌﾟ わかめ コーン 鶏ガラスープ うすくちしょうゆ 塩 水	25	■麦ごはん 米 押麦 ■豆腐入り玉子焼き 豆腐 卵 豚ミンチ 人参 椎茸 ｷﾞﾅｰﾗｳ きび砂糖 塩 うすくちしょうゆ ■胡瓜とちくわの梅のり和え きゅうり ちくわ しらす 刻みのり 梅干し うすくちしょうゆ ■味噌汁 もやし キャベツ 味噌 出汁	26	■軟飯 米 ■豚肉のバラ焼き風 豚肉 たまねぎ ｷﾞﾅｰﾗｳ りんご こいくちしょうゆ 本みりん きび砂糖 ・ ***付け合せ*** じゃがいも 塩 ■ほうれん草の塩麴和え ほうれん草 もやし 人参 塩麴 うすくちしょうゆ ■かつけ風汁 麦かつけ 大根 はくさい 豆腐 ・ 青ねぎ 味噌 出汁	27	■ひじきチャーハン 米 豚ミンチ ひじき コーン たまねぎ 人参 ピーマン ｷﾞﾅｰﾗｳ ブイヨン うすくちしょうゆ 塩 ■具だくさんスープ 人参 えのき わかめ はくさい うすくちしょうゆ ブイヨン 塩 水
	10時	■カルルス カルルス ■牛乳 牛乳	■マンナウエハース マンナウエハース ■牛乳 牛乳	■ソフトな小魚せんべい ソフトな小魚せん ■牛乳 牛乳	■ビスコ ビスコ ■牛乳 牛乳	■きな粉せんべい きな粉餅（煎餅） ■牛乳 牛乳	■マンナビスケット マンナビスケット ■牛乳 牛乳					
	3時	■バインヨーグルト バイン缶 ヨーグルト きび砂糖 ■お茶 お茶	■クッキー 小麦粉 きび砂糖 大豆バター 豆乳 ■牛乳 牛乳	■フルーツポンチ バイン缶 黄桃缶 ゼリー（巨峰） バナナ きび砂糖 レモン レモン汁 水 ■牛乳 牛乳	■おにぎり 米 鉄入りふりかけ鯉 ■食べる煮干し 食べる小魚 ■お茶 お茶	■ココアケーキ 小麦粉 きび砂糖 ベーキングパウダー ｷﾞﾅｰﾗｳ 豆乳 ココア ■牛乳 牛乳	■アンパンマンせんべい アンパンマンﾍﾞｰｰｰ ■牛乳 牛乳					
昼食	29	■軟飯 米 ■さばのおろし煮 サバ 出汁 こいくちしょうゆ 酒 本みりん きび砂糖 大根 ***付け合せ*** ほうれん草 うすくちしょうゆ ■白菜のゆかり和え はくさい 人参 ゆかり 米酢 きび砂糖 うすくちしょうゆ ■味噌汁 うすあげ たまねぎ 青ねぎ 味噌 出汁	30	■夏越しごはん 米 押麦 発芽玄米 アマランサス ★★★★★★ 南瓜 たまねぎ コーン 人参 かまぼこ いんげん 小麦粉 片栗粉 塩 ｷﾞﾅｰﾗｳ ***NO.1*** うすくちしょうゆ きび砂糖 本みりん 出汁 ■ﾌﾛｯｺﾘｰのおかか和え ﾌﾛｯｺﾘｰ 人参 糸かつお きび砂糖 うすくちしょうゆ ■すまし汁 小松菜 麴 うすくちしょうゆ 塩 出汁								
	10時	■ムーンライト ムーンライト ■牛乳 牛乳	■カルルス カルルス ■牛乳 牛乳									
	3時	■コーンフレーク コーンフレーク ■牛乳 牛乳	■わかめおにぎり 米 わかめごはんの素 ■お茶 お茶									