

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
28		29		2・30		3・17・31		4・18		5・19	
ごはん 豚肉と茄子の味噌炒め 長芋と胡瓜の酢の物 中華スープ	米 玄米 豚肉 茄子 モロヘイヤ 玉葱 人参 ゴーヤ 酒 味噌 醤油 三温糖 長芋 胡瓜 じゃこ トマト わかめ 酢 醤油 三温糖 レタス エリンギ 玉葱 人参 中華あじ	ごはん コロッケ オクラの梅おかか和え 冬瓜のすまし汁	米 玄米 合挽肉 じゃが芋 玉葱 人参 小麦粉 パン粉 塩 醤油 酒 油 オクラ キャベツ 人参 梅干し かつお節 醤油 三温糖 冬瓜 玉葱 豆腐 ねぎ かつお 醤油	ごはん 鮭のチーズ焼き 南瓜のごま和え コンソメスープ 鶏レバー	米 玄米 鮭 ケチャップ 粉チーズ パン粉 パセリ 酒 南瓜 胡瓜 大豆 パプリカ ごま 醤油 三温糖 人参 玉葱 エリンギ ズッキーニ コンソメ	ごはん 筑前煮 そうめんサラダ チンゲン菜の味噌汁	米 玄米 鶏肉 厚揚げ こんにゃく じゃが芋 人参 しめじ ビーマン 酒 三温糖 醤油 みりん かつお そうめん 胡瓜 人参 マヨネーズ 酢 三温糖 塩 油 チンゲン菜 玉葱 えのき 味噌 かつお	夏野菜ポークカレーライス もやしとツナの和え物 すいか	米 玄米 豚肉 玉葱 オクラ 南瓜 茄子 人参 ズッキーニ カレールウ 赤ワイン もやし ビーマン 人参 ツナ しめじ 醤油 三温糖	きつねうどん オレンジ	うどん 油揚げ かまぼこ ねぎ みりん 醤油 三温糖 かつお 昆布 オレンジ
★ピザパン 牛乳	玉葱 コーン ビーマン チーズ ケチャップ 強力粉 三温糖 塩 ドライイースト 油	★フルーツヨーグルト	ヨーグルト バナナ パイン缶 もも缶 三温糖	★わかめおにぎり 牛乳	米 わかめふりかけ	とうもろこし 牛乳		★オレンジゼリー 牛乳	オレンジジュース ゼラチン 三温糖	パイ 牛乳	
7・21		8・22		9・23		24(地藏盆)		25		26	
タコライス ひじきサラダ オクラのすまし汁	米 玄米 合挽肉 玉葱 トマト レタス チーズ ケチャップ ウスターソース 三温糖 醤油 赤ワイン ひじき パプリカ 胡瓜 長芋 醤油 三温糖 オクラ 茄子 人参 醤油 かつお	ごはん 牛肉とズッキーニの中華炒め ナムル モロヘイヤの味噌汁	米 玄米 牛肉 ズッキーニ 人参 キャベツ パプリカ ビーマン 三温糖 醤油 酒 中華あじ もやし 小松菜 人参 ごま油 酢 醤油 三温糖 中華あじ モロヘイヤ 南瓜 玉葱 味噌 かつお	ごはん 赤魚の照り焼き 胡瓜のゆかり和え 切干大根の煮物 茄子の味噌汁 鶏レバー	米 玄米 赤魚 酒 醤油 みりん 三温糖 胡瓜 トマト ゆかり粉 切干大根 人参 油揚げ ビーマン 三温糖 醤油 みりん かつお 茄子 玉葱 人参 味噌 かつお	ごはん タンドライーチキン キャベツのみそネーズサラダ 豆腐のすまし汁	米 玄米 鶏肉 ヨーグルト 塩 ケチャップ カレー粉 はちみつ 生姜 油 キャベツ パプリカ 人参 白味噌 マヨネーズ 酢 オリーブ油 豆腐 長芋 わかめ かつお 醤油	ごはん 野菜オムレツ 人参しりしり 冬瓜の味噌汁 ふりかけ	米 玄米 卵 玉葱 南瓜 はんぺん ズッキーニ トマト 牛乳 コンソメ 塩 ケチャップ 人参 コーン ツナ ごま 醤油 三温糖 ごま油 冬瓜 じゃが芋 チンゲン菜 味噌 かつお かつお 醤油 みりん 酒 三温糖	鶏わかめうどん バナナ	うどん 鶏肉 かまぼこ わかめ ねぎ 醤油 酒 三温糖 昆布 かつお バナナ
★枝豆おにぎり 牛乳	米 枝豆 じゃこ 塩昆布	★ココアプリン 牛乳	ココアパウダー 牛乳 ゼラチン 三温糖	★もちもちきなこドーナツ 牛乳	小麦粉 三温糖 白玉粉 ベーキングパウダー 油 きなこ	★アイスクリーム 牛乳	アイスクリーム クッキー※ ブルーベリージャム	梨 クッキー 牛乳		せんべい 牛乳	

※献立は都合により変更する場合があります。

★マークは手作りおやつです。

※…原材料に小麦粉・乳・大豆・アーモンドが含まれています。

《8月1日(火) 開園記念日》

- ・祝麺…うどん・卵・かまぼこ・胡瓜・人参・ねぎ・みりん・醤油・三温糖・かつお・昆布
- ・ゼリー

※10～16日はお弁当の日です※

★お弁当を作る際の食中毒予防★

- おにぎりを握る際、素手ではなくラップやビニール手袋などを使用しましょう。
- お弁当を詰める際はカップで区切り、違う食材同士がくっつかないようにしましょう。
- 夏場は避けた方が良いですが、ミニトマトなどの生野菜を入れる際は水気をよくふき取りましょう。



★8月 旬の食材★

- 茄子 とうもろこし トマト オクラ
- 冬瓜 ズッキーニ 南瓜 モロヘイヤ
- すいか

