



ミルクは別に用意しています。都合により献立を変更する場合があります。

	月	火	水	木	金	土
離乳食	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
午後食	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
離乳食	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24
午後食	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24
離乳食	25	26	27	28	29	30
	31	1	2	3	4	5
午後食	25	26	27	28	29	30
	31	1	2	3	4	5
離乳食	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17
午後食	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17
離乳食	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29
午後食	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29
離乳食	30	31	1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10
午後食	30	31	1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10
離乳食	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22
午後食	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22
離乳食	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	1	2	3
午後食	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	1	2	3

離乳食期のおやつについて

おやつは食事の一部です。『エネルギーの補給』『水分の補給』『食べる楽しみ』とおやつの役割は大切です。大人と同様の甘いお菓子ではなく、食事の補いになるものがいいでしょう。また、おやつの時間はお母さんもお休みして、一緒に食べると楽しい時間になるでしょう。

●ハレルヤのおやつメニューの紹介●
ハレルヤでは中期食・後期食のお子さんに午後食として果物やおかゆ、パン、麺、煮奴などのさまざまなおやつを提供しています。毎月お渡ししている献立表にも記載してありますのでご家庭でのメニュー作りの参考にさせていただきますね！

<p>後期食のおやつメニュー</p> <p>(子ども1人分)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食パン 1/2枚 ・スキムミルク 20g ・きなこ 小さじ2 	<p>トースト</p> <p>(作り方)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) パンを食べやすいサイズに切る 2) スキムミルクを適量の水で溶かし、切った食パンをつける 3) 天板の上にシート引き、2をのせてきなこを振って焼き目が付く程度焼く
--	---

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日																																																																																																																																																																																																	
1	牛乳 米菓	2	牛乳 お菓子(煎餅)	3	牛乳 米菓	4	牛乳 お菓子(クッキー)	5	牛乳 米菓	6	牛乳 お菓子(あられ)																																																																																																																																																																																																
三色そぼろ丼 胚芽米 凍り豆腐 鶏ひき肉 しょうが しょうゆ 酒 だし 片栗粉 にんじん ほうれんそう ごま油 三温糖	ハンバーグ 牛ひき肉 豚ひき肉 ひじき たまねぎ こまつな 油 片栗粉 塩 こしょう ナツメグ	御飯 胚芽米 豆腐 豚肉 たまねぎ なす ビーマン しょうが にんにく マト 片栗粉 ごま油 みそ しょうゆ 酒 三温糖	鶏肉の マーメレード焼き 鶏肉 三温糖 塩 しょうゆ マーメレード 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 蒸しそばの 照りつけ そば 酒 しょうゆ りん 片栗粉	冷やし中華 中華めん 三温糖 油 ハム きゅうり 中華だし しょうゆ 酢 三温糖 ごま油	さつまいもと きゅうりの酢の物 さつまいも 油 きゅうり 酢 三温糖	はるさめと もやしソテー はるさめ もやし にんじん たらこ コーン ごま油 しょうゆ 塩	おくらとキャベツの 和え物 キャベツ オクラ 酢 塩 三温糖	小松菜ともやしの あえ物 こまつな もやし にんじん コーン しょうゆ 三温糖	パンバンジー 鶏ささ身 酒 塩 きゅうり りんじん 油 しょうゆ 酢 三温糖	豆腐のみそ汁 豆腐 さといも 油揚げ わかめ ねぎ こまつな だし みそ	さけと野菜の みそ煮汁 さけ 酒 塩 じゃがいも マト にんじん ねぎ 油 キャベツ 豆乳 みそ だし	わかめスープ 卵 豆腐 にんじん たまねぎ くさい わかめ ほうれんそう ま 中華だし しょうゆ 塩	納豆汁 納豆 だいこん にんじん まつな ねぎ みそ だし	とうがんとすー とうがん チンゲンサイ えのき にんじん はるさめ 干しえび 中華 だし 塩	じゃがいもの みそ汁 じゃがいも たまねぎ しめじ まつな にんじん ねぎ し みそ ぶ		牛乳 豆乳みかん パパロア風 りんご	牛乳 さつまいも 三温糖 バター 小麦粉 ベーキングパウダー 脱脂粉乳 油 すいか	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 かんてん みかん缶 パイン缶 温糖	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	8	牛乳 米菓	9	牛乳 お菓子(煎餅)	10	牛乳 米菓	11	山の日	12	牛乳 米菓	13	牛乳 お菓子(あられ)	豚丼 胚芽米 豚肉 にんにく ねぎ しょうが たまねぎ 油 しょうゆ みりん ごま	ドライカレー 胚芽米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ビーマン 干しひょう しょうが にんにく 油 カレー粉 コンソメ ケチャップ 塩 米粉	野菜そぼろ丼 胚芽米 押麦 豚ひき肉 酒 納豆 キャベツ こまつな たまねぎ にんじん コーン しょうゆ 塩 ごま油 米粉	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	豆腐のすまし汁 豆腐 えのき にんじん ほうれんそう こんぶ だし 塩	ひじきの 和風サラダ ひじき コーン きゅうり ンオイルドレッシング	南瓜の味噌汁 油揚げ かぼちゃ たまねぎ ねぎ こまつな わかめ にんじん みそ	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)	お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし				
さつまいもと きゅうりの酢の物 さつまいも 油 きゅうり 酢 三温糖	はるさめと もやしソテー はるさめ もやし にんじん たらこ コーン ごま油 しょうゆ 塩	おくらとキャベツの 和え物 キャベツ オクラ 酢 塩 三温糖	小松菜ともやしの あえ物 こまつな もやし にんじん コーン しょうゆ 三温糖	パンバンジー 鶏ささ身 酒 塩 きゅうり りんじん 油 しょうゆ 酢 三温糖	豆腐のみそ汁 豆腐 さといも 油揚げ わかめ ねぎ こまつな だし みそ	さけと野菜の みそ煮汁 さけ 酒 塩 じゃがいも マト にんじん ねぎ 油 キャベツ 豆乳 みそ だし	わかめスープ 卵 豆腐 にんじん たまねぎ くさい わかめ ほうれんそう ま 中華だし しょうゆ 塩	納豆汁 納豆 だいこん にんじん まつな ねぎ みそ だし	とうがんとすー とうがん チンゲンサイ えのき にんじん はるさめ 干しえび 中華 だし 塩	じゃがいもの みそ汁 じゃがいも たまねぎ しめじ まつな にんじん ねぎ し みそ ぶ		牛乳 豆乳みかん パパロア風 りんご	牛乳 さつまいも 三温糖 バター 小麦粉 ベーキングパウダー 脱脂粉乳 油 すいか	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 かんてん みかん缶 パイン缶 温糖	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	8	牛乳 米菓	9	牛乳 お菓子(煎餅)	10	牛乳 米菓	11	山の日	12	牛乳 米菓	13	牛乳 お菓子(あられ)	豚丼 胚芽米 豚肉 にんにく ねぎ しょうが たまねぎ 油 しょうゆ みりん ごま	ドライカレー 胚芽米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ビーマン 干しひょう しょうが にんにく 油 カレー粉 コンソメ ケチャップ 塩 米粉	野菜そぼろ丼 胚芽米 押麦 豚ひき肉 酒 納豆 キャベツ こまつな たまねぎ にんじん コーン しょうゆ 塩 ごま油 米粉	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	豆腐のすまし汁 豆腐 えのき にんじん ほうれんそう こんぶ だし 塩	ひじきの 和風サラダ ひじき コーン きゅうり ンオイルドレッシング	南瓜の味噌汁 油揚げ かぼちゃ たまねぎ ねぎ こまつな わかめ にんじん みそ	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)	お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし										
さけと野菜の みそ煮汁 さけ 酒 塩 じゃがいも マト にんじん ねぎ 油 キャベツ 豆乳 みそ だし	わかめスープ 卵 豆腐 にんじん たまねぎ くさい わかめ ほうれんそう ま 中華だし しょうゆ 塩	納豆汁 納豆 だいこん にんじん まつな ねぎ みそ だし	とうがんとすー とうがん チンゲンサイ えのき にんじん はるさめ 干しえび 中華 だし 塩	じゃがいもの みそ汁 じゃがいも たまねぎ しめじ まつな にんじん ねぎ し みそ ぶ		牛乳 豆乳みかん パパロア風 りんご	牛乳 さつまいも 三温糖 バター 小麦粉 ベーキングパウダー 脱脂粉乳 油 すいか	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 かんてん みかん缶 パイン缶 温糖	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	8	牛乳 米菓	9	牛乳 お菓子(煎餅)	10	牛乳 米菓	11	山の日	12	牛乳 米菓	13	牛乳 お菓子(あられ)	豚丼 胚芽米 豚肉 にんにく ねぎ しょうが たまねぎ 油 しょうゆ みりん ごま	ドライカレー 胚芽米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ビーマン 干しひょう しょうが にんにく 油 カレー粉 コンソメ ケチャップ 塩 米粉	野菜そぼろ丼 胚芽米 押麦 豚ひき肉 酒 納豆 キャベツ こまつな たまねぎ にんじん コーン しょうゆ 塩 ごま油 米粉	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	豆腐のすまし汁 豆腐 えのき にんじん ほうれんそう こんぶ だし 塩	ひじきの 和風サラダ ひじき コーン きゅうり ンオイルドレッシング	南瓜の味噌汁 油揚げ かぼちゃ たまねぎ ねぎ こまつな わかめ にんじん みそ	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)	お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																
牛乳 豆乳みかん パパロア風 りんご	牛乳 さつまいも 三温糖 バター 小麦粉 ベーキングパウダー 脱脂粉乳 油 すいか	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 かんてん みかん缶 パイン缶 温糖	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	8	牛乳 米菓	9	牛乳 お菓子(煎餅)	10	牛乳 米菓	11	山の日	12	牛乳 米菓	13	牛乳 お菓子(あられ)	豚丼 胚芽米 豚肉 にんにく ねぎ しょうが たまねぎ 油 しょうゆ みりん ごま	ドライカレー 胚芽米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ビーマン 干しひょう しょうが にんにく 油 カレー粉 コンソメ ケチャップ 塩 米粉	野菜そぼろ丼 胚芽米 押麦 豚ひき肉 酒 納豆 キャベツ こまつな たまねぎ にんじん コーン しょうゆ 塩 ごま油 米粉	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	豆腐のすまし汁 豆腐 えのき にんじん ほうれんそう こんぶ だし 塩	ひじきの 和風サラダ ひじき コーン きゅうり ンオイルドレッシング	南瓜の味噌汁 油揚げ かぼちゃ たまねぎ ねぎ こまつな わかめ にんじん みそ	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)	お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																						
8	牛乳 米菓	9	牛乳 お菓子(煎餅)	10	牛乳 米菓	11	山の日	12	牛乳 米菓	13	牛乳 お菓子(あられ)																																																																																																																																																																																																
豚丼 胚芽米 豚肉 にんにく ねぎ しょうが たまねぎ 油 しょうゆ みりん ごま	ドライカレー 胚芽米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ビーマン 干しひょう しょうが にんにく 油 カレー粉 コンソメ ケチャップ 塩 米粉	野菜そぼろ丼 胚芽米 押麦 豚ひき肉 酒 納豆 キャベツ こまつな たまねぎ にんじん コーン しょうゆ 塩 ごま油 米粉	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	豆腐のすまし汁 豆腐 えのき にんじん ほうれんそう こんぶ だし 塩	ひじきの 和風サラダ ひじき コーン きゅうり ンオイルドレッシング	南瓜の味噌汁 油揚げ かぼちゃ たまねぎ ねぎ こまつな わかめ にんじん みそ	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)	お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																								
豆腐のすまし汁 豆腐 えのき にんじん ほうれんそう こんぶ だし 塩	ひじきの 和風サラダ ひじき コーン きゅうり ンオイルドレッシング	南瓜の味噌汁 油揚げ かぼちゃ たまねぎ ねぎ こまつな わかめ にんじん みそ	山の日	お弁当持参日	お弁当持参日	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)	お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																														
牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)	お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																				
牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)	お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																										
15	牛乳 米菓	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	牛乳 お菓子(クッキー)	19	牛乳 米菓	20	牛乳 お菓子(あられ)																																																																																																																																																																																																
お弁当持参日	カレー風味の トマトライス 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉	さばと玉ねぎの みそ煮 さば みそ みりん 三温糖 酒 しょうが たまねぎ	パン 鶏肉の こまみそ焼き 鶏肉 みそ 酒 しょうゆ 三温糖 ごま 油 片栗粉	麦御飯 胚芽米 押麦 あじの カレー リッター あじ 塩 こしょう 卵 豆乳 小麦粉 カレー粉 油	あんかけ焼そば 焼きそばめん 豚肉 たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン はくさい ごま油 塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 だし	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																												
牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																																		
牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)	御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																																								
22	牛乳 米菓	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(クッキー)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(あられ)																																																																																																																																																																																																
御飯 さんまの ば焼き さんま しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん	ちゃんこ煮 鶏ひき肉 しょうが ねぎ 片栗粉 酒 豆腐 にんじん はくさい 塩 だいこん しょうゆ だし	ビーマンの 肉づめフライ ビーマン 豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ	きのこ御飯 胚芽米 鶏ひき肉 しめじ いたけ えのき にんじん 油揚げ 塩 しょうゆ 酒 三温糖	麦御飯 胚芽米 押麦 さけとポテトの 重ね焼き さけ 塩 じゃがいも パター しょうゆ パセリ	鮭ちらし寿司 胚芽米 酢 三温糖 塩 油 ごま きゅうり にんじん 焼きのり 鮭	もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																																																										
もやしの 中華風和え物 もやし にんじん こまつな 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	バイクト里芋 さといも 片栗粉 油 塩 あおのり	華風和え はるさめ はくさい こまつな にんじん 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ごま	フロッコリーと きのこのごま和え フロッコリー にんじん しめじ えのき ごま 三温糖 しょうゆ	トマトの和え物 トマト きゅうり ツナ 酢 三温糖 しょうゆ コーン	南瓜のみそ汁 豆腐 かぼちゃ たまねぎ わかめ ねぎ だし みそ	おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																																																																
おくら 華スープ オクラ コーン にんじん わかめ たまねぎ 中華だし 塩	納豆と野菜の みそ汁 納豆 こまつな だいこん ねぎ わかめ みそ だし	押し麦のすー 押麦 鶏ひき肉 たまねぎ 酒 にんじん しょうゆ ほうれんそう 干しいだけ 華だし 塩 こしょう	おくらスープ キャベツ にんじん オクラ リームコーン ほうれんそう ソノメ 塩 貝柱	野菜スープ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう ベーコン ソノメ 塩		牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																																																																						
牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 枝豆のケーキ オレンジ	牛乳 簡単ピザ	牛乳 おやつピビンパ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																																																																												
牛乳 スティックパイ りんご	牛乳 ポップコーン	牛乳 ブルーン	牛乳 バナナ	牛乳 すいか	牛乳 すいか	29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均					トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄					さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3					野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2					ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																																																																																		
29	牛乳 米菓	30	牛乳 お菓子(煎餅)	31	牛乳 米菓	園基準	8月1日平均																																																																																																																																																																																																				
トマトごはん 胚芽米 トマト コンソメ 油	御飯 えびと夏野菜の かき揚げ えび かぼちゃ たまねぎ なす にんじん ビーマン 卵 小麦粉 塩 油	生姜焼き 豚肉 しょうが 油 酒 しょうゆ 三温糖 トマト	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄																																																																																																																																																																																																				
さわらの り焼き さわら しょうゆ にんにく 片栗粉 油	きんぴらごぼう ごぼう にんじん ごま油 ごま しょうゆ 三温糖 いんげん	なすの梅和え なす きゅうり にんじん オクラ 梅干し 三温糖 しょうゆ かつお節	461	17.3	14.9	211	2.3																																																																																																																																																																																																				
野菜の納豆あえ チンゲンサイ キャベツ 豆 しょうゆ かつお節	おかず汁 豆腐 鶏肉 なす たまねぎ のき ほうれんそう ごま油 だし みそ	切干大根の スー 切り干しだいこん 干しえび 酒 塩 きくらげ こまつな 中華だし にんじん しょうゆ こしょう	452	18.3	15.3	251	2																																																																																																																																																																																																				
ほうれん草の すまし汁 豆腐 ほうれんそう ながいも のき こんぶ だし しょうゆ ねぎ にんじん	牛乳 豆腐 ガトーショコラ	牛乳 納豆おやき	牛乳 パン ウィンナー キャベツ 油 ケチャップ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子																																																																																																																																																																																																				
牛乳 フルーツ ドーナツ	牛乳 グレープフルーツ	牛乳 なし	牛乳 バナナ	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし	牛乳 なし																																																																																																																																																																																																				

きゅうりができました



今年もハレルヤの畑ではきゅうりが立派に育っています。毎年食育の一環としてほし組さんが野菜を育てています。その年によって育てるものは多少異なるのですが、きゅうりは定番です！今年のほし組さんはパプリカ、さつまいも、小松菜、かぶなども植える予定です！どんなものが収穫できるのか今から楽しみですね！自分で育てることによって1つでも食べられるものが増えていって嬉しいですね。