

社会福祉法人 今川学園
今川学園 園長 高野 員江

献立		食	材	午前のおやつ		午後のおやつ		献立		食	材	午前のおやつ		乳児デザート		午後のおやつ	
1	金	麻婆丼 ★ブロッコリーの磯和え ほうれん草の中華スープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐・ねぎ・砂糖・醤油・みそ・ケチャップ・片栗粉・油 ブロッコリー・人参・刻みのり・醤油 ほうれん草・人参・鶏ガラ	星っこ	キウイ	★麦コッペ（ブルーベリー） （麦コッペ・ブルーベリー・ジャム） 牛乳	18	月	ご飯 豚肉とキャベツのみそ炒め ひじきの煮物 ほうれん草となすのみそ汁	米 豚肉・絹揚げ・キャベツ・人参・酒・砂糖・みりん・醤油・みそ・油 ひじき・糸こんにゃく・うす揚げ・人参・こんぶだし・こんぶ・砂糖・みりん・醤油 ほうれん草・なす・みそ・こんぶだし	星っこ	おさかなソーセージ				サッポロポテト 牛乳	
2	土	豚ひき肉の春雨丼 ぶどうゼリー	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・椎茸・春雨・酒・鶏ガラ・砂糖・醤油・片栗粉 ぶどうゼリー	ミニのりすけ		サッポロポテト 牛乳	19	火	冷麺 鶏肉の塩麹焼き もやしのナムル	生ラーメン・焼き豚・きゅうり・卵・冷麺タレ 鶏肉・塩麹 もやし・ピーマン・人参・醤油・酢・ごま油	うさぎのしっぽ	もも缶				★五目ご飯おにぎり （五目ご飯） 牛乳	
4	月	ご飯 ポークチャップ キャベツのゆかり和え なめこ豆腐のみそ汁	米 豚肉・玉ねぎ・ケチャップ・ウスター・酒・砂糖・油 キャベツ・人参・ゆかり なめこ・豆腐・青ねぎ・みそ・こんぶだし	まんまボンせん	オレンジ	さやえんどう 牛乳	20	水	ご飯 白身魚の磯辺揚げ 小松菜のおかか和え かぼちゃと豆腐のみそ汁	米 鱈・青のり・小麦粉・揚げ油 小松菜・人参・かつお節・醤油 かぼちゃ・豆腐・みそ・かつおだし	きなこせんべい	パイン缶				すいか 牛乳	
5	火	ミネラルロール 鮭のチーズ焼き ポテトサラダ ブロッコリーと人参のスープ	ミネラルロール 鮭・チーズ・パセリ・酒 じゃが芋・きゅうり・ハム・コーン・エッグケア・塩・こしょう ブロッコリー・人参・鶏ガラ	つなっこ	パイン缶	とうもろこし 牛乳	21	木	ご飯 吉野煮 三度豆のツナマヨ和え きのこわかめのみそ汁	米 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ごぼう・ちくわ・こんにゃく・かつおだし・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉・油 三度豆・ツナ缶・エッグケア えのき・しめじ・しいたけ・わかめ・ねぎ・みそ・かつおだし	かぼちゃポーロ	キウイ				ハムサンド （豆乳食パン・ハム・エッグケア・パセリ） 牛乳	
6	水	ご飯 牛肉と夏野菜のごまみそ炒め ほうれん草の土佐和え 白菜としめじのみそ汁	米 牛肉・トマト・なす・ズッキーニ・玉ねぎ・人参・ごま・みそ・酒・砂糖・みりん・油 ほうれん草・人参・きゅうり・かまぼこ・醤油・かつお節 白菜・しめじ・みそ・かつおだし	昆布おかき	みかん缶	ビスコ 牛乳	22	金	ご飯 牛肉とエリンギのしぐれ煮 千切大根のマヨ和え 豆腐と小松菜のみそ汁	米 牛肉・エリンギ・玉ねぎ・酒・砂糖・みりん・醤油・こんぶだし 千切大根・人参・ハム・エッグケア・レモン汁・塩・こしょう 豆腐・小松菜・みそ・こんぶだし	まんまボンせん	みかん缶				ベジたべる 牛乳	
7	木	ご飯/梅干し（幼児） ゴーヤチャンプルー 小松菜とコーンのお浸し もずくとキャベツの中華スープ	米・梅干し（幼児） 豚肉・卵・豆腐・ゴーヤ・人参・玉ねぎ・もやし・ごま油・酒・オイスターソース・醤油・砂糖・塩こしょう 小松菜・コーン・醤油・こんぶだし もずく・キャベツ・ねぎ・鶏ガラ	おさつでボン	おさかなソーセージ	カルビス寒天 （カルビス・寒天） 牛乳	23	土	鶏と豆腐のそぼろ丼 ももゼリー	米・鶏ひき肉・木綿豆腐・三度豆・人参・ほうれん草・醤油・酒・砂糖・みりん・油 ももゼリー	おさつでボン					源氏パイ 牛乳	
8	金	ご飯 鶏肉の山賊焼き 冬瓜と絹揚げの煮物 豆乳きのこのスープ	米 鶏肉・生姜・にんにく・酒・醤油・片栗粉・油 冬瓜・人参・絹揚げ・里芋・醤油・みりん・砂糖・こんぶだし しめじ・まいたけ・水菜・豆乳・鶏ガラ	きなこせんべい	バナナ	源氏パイ 牛乳	25	月	醤油ラーメン 焼き餃子 ほうれん草とうす揚げのカリカリサラダ	中華めん・豚肉・キャベツ・人参・ほうれん草・もやし・鶏ガラ・醤油 焼き餃子 ほうれん草・うす揚げ・酢・醤油	こめ棒くん	オレンジ				さやえんどう 牛乳	
9	土	中華丼 ももゼリー	米・豚肉・白菜・糸こんにゃく・椎茸・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・醤油・みそ・片栗粉 ももゼリー	かぼちゃポーロ		味しらべ 牛乳	26	火	オムライス 鰯のオーロラソースがけ ★レタスのサラダ 玉ねぎとしめじのコンソメスープ	米・鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ケチャップ・塩コショウ・油・卵 鰯・塩・こしょう・酒・片栗粉・油・ケチャップ・エッグケア レタス・人参・オリーブオイル・塩・レモン汁 しめじ・玉ねぎ・コンソメ	ミニわかめちゃん	パイン缶				ミルクドーナツ 牛乳	
11	月		山の日				27	水	牛丼 ★小松菜の煮浸し 豚汁	米・牛肉・玉ねぎ・人参・青ねぎ・醤油・砂糖・みりん・こんぶだし・片栗粉 小松菜・人参・うす揚げ・砂糖・みりん・醤油・こんぶだし 豚肉・大根・白菜・人参・こんにゃく・みそ・こんぶだし	ミニハート	バナナ				マカロニきなこと （マカロニ・きな粉・砂糖・塩） 牛乳	
12	火	ご飯 春巻き ★春雨とわかめのサラダ ほうれん草としいたけの中華スープ	米 春巻き・油 春雨・きゅうり・人参・わかめ・醤油・砂糖・酢 ほうれん草・しいたけ・青ねぎ・鶏ガラ	うさぎのしっぽ	みかん缶	ぼたぼた焼き 牛乳	28	木	麦ロール 鶏の唐揚げ 春雨のマヨサラダ レタスと人参のスープ	麦ロール 鶏肉・生姜・にんにく・醤油・酒・塩・小麦粉・片栗粉・油 春雨・きゅうり・ハム・エッグケア・塩・こしょう レタス・人参・鶏ガラ	つなっこ	もも缶				ぱりんこ 牛乳	
13	水		家庭保育協力日				29	金	ゆかりご飯 豚肉のピカタ 高野豆腐の煮物 わかめと玉ねぎのみそ汁	米・ゆかり 豚肉・卵・粉チーズ・乾燥パセリ・小麦粉・醤油・みりん 高野豆腐・人参・三度豆・大根・かつおだし・醤油・砂糖・みりん・塩 わかめ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・かつおだし	昆布おかき	おさかなソーセージ				チョイス 牛乳	
14	木		家庭保育協力日				30	土	ねぎ塩豚丼 みかんゼリー	米 豚肉・にんにく・生姜・油・玉ねぎ・白ねぎ・人参・しめじ・醤油・みりん・塩・酒・片栗粉 みかんゼリー	ベジタブルせんべい					ぼたぼた焼き 牛乳	
15	金		家庭保育協力日														
16	土	豚みそ丼 野菜ゼリー	米・豚肉・糸こんにゃく・干しいたけ・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・醤油・みそ・片栗粉 野菜ゼリー	ミニわかめちゃん		ぱりんこ 牛乳	【郷土料理】今月の郷土料理は沖縄県の「ゴーヤチャンプルー」です。 ゴーヤ（にがうり）と島豆腐、豚肉などを炒め合わせた料理です。「チャンプルー」は沖縄の方言で「ごちゃ混ぜ」を意味し、様々な食材を炒め合わせる料理全般をさします。ゴーヤの苦みと他の食材のうま味がよく合い、夏バテ防止にも効果があるとされています。 ※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1～2歳児のみの提供です ※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。										