





社会福祉法人 みつき福祉会
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ（未満児） 午後おやつ（未満児・以上児）
１ （月）	ごはん 鶏の塩こうじ焼き 切干大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩麴・おろし生姜・おろしにんにく・酒・醤油・砂糖・こしょう 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口醤油・醤油・砂糖 玉葱・なす・しめじ・みつば・味噌 バナナ	スティックビスケット オレンジゼリー
２ （火）	豚肉のさっぱり丼 ツナ和え 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・玉葱・人参・なす・もやし・キャベツ・しめじ・おろし生姜・おろしにんにく・酒・砂糖・みりん・醤油・ポン酢・ごま油 モロヘイヤ・オクラ・切干大根・ツナ・醤油・砂糖 板こんにゃく・麩・わかめ・味噌 オレンジ	チーズ りんごと紅茶のカップケーキ （小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・りんご・紅茶）
３ （水）	ごはん さばのにんにく醤油焼き なすの甘辛炒め 味噌汁 メロン	米 さば・おろしにんにく・酒・砂糖・醤油 なす・ベーコン・人参・しめじ・玉葱・砂糖・醤油・油 厚揚げ・しらたき・大根・葱・味噌 メロン	ごまポッキー 黒糖蒸しパン （ホットケーキ粉・牛乳・黒糖）
４ （木）	ごはん 鶏肉と豆腐のトロトロ炒め 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・豆腐・キャベツ・なめこ・しめじ・酒・鶏ガラ・薄口醤油・砂糖・ごま油・片栗粉 ほうれん草・もやし・トマト・すりごま・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・切干大根・みつば・味噌 バナナ	ブルーン お好み揚げ （小麦粉・キャベツ・葱・豚肉・卵・お好みソース・揚げ油）
５ （金）	★誕生会 そぼろごはん かき揚げ 塩昆布和え 味噌汁 すいか	米・豚挽肉・グリーンピース・砂糖・醤油 豚肉・ピーマン・しそ・南瓜・卵・小麦粉・薄口醤油・塩・酒・揚げ油 キャベツ・オクラ・切干大根・塩昆布 なす・人参・えのき・葱・味噌 すいか	たまごボーロ バナナきな粉 （バナナ・きな粉・砂糖・塩）
６ （土）	冷やうどん 和え物 オレンジ	ゆでうどん・焼豚・人参・きゅうり・もやし・コーン・めんつゆ・レモン果汁・おろし生姜・ごま油 きゅうり・大根・ツナ・醤油・砂糖・すりごま オレンジ	スティックビスケット おやつ
８ （月）	豆乳レーズンパン ミートオムレツ サラダ スープ バナナ	豆乳レーズンパン 卵・じゃが芋・しめじ・豚肉・玉葱・人参・バター・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・塩・こしょう・砂糖・中濃ソース モロヘイヤ・黄ピーマン・ひじき・ツナ・かつお節・薄口醤油・酢・砂糖・油 ウインナー・人参・玉葱・パセリ・コンソメ バナナ	ごまポッキー たぬきむすび （米・天かす・葱・もみのり・めんつゆ）
９ （火）	ごはん 煮魚 ごま和え 味噌汁 すいか	米 さば・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 きゅうり・オクラ・ちくわ・醤油・すりごま 豆腐・なめこ・しらたき・わかめ・味噌 すいか	ブルーン マーマレードポテト （さつま芋・揚げ油・マーマレード）
１０ （水）	ごはん 中華チキン ナムル ねぎごまスープ オレンジ	米 鶏肉・おろし生姜・おろしにんにく・みりん・酒・醤油・ごま油・玉葱 キャベツ・きゅうり・もやし・ツナ・鶏ガラ・塩・醤油・ごま油 卵・しめじ・春雨・人参・白葱・おろし生姜・ごま・酒・鶏ガラ・醤油・ごま油 オレンジ	チーズ もちもちきな粉パン （白玉粉・きな粉・砂糖・塩・油・牛乳）
１１ （木）	 <b style="color:red">山の日（祝日休園）		
１２ （金）	ごはん すき焼き 納豆和え 味噌汁 バナナ	米 牛肉・玉葱・人参・しらたき・白葱・醤油・砂糖・酒・油 キャベツ・切干大根・もやし・かつお節・挽きわり納豆・醤油 なす・玉葱・えのき・みつば・味噌 バナナ	たまごボーロ 抹茶クッキー （小麦粉・BP・砂糖・無塩バター・卵・抹茶・油）
１３ （土）	<b style="color:green">お弁当の日（お盆保育） ※お弁当には、必ず火の通ったものをに入れていただきますよう、お願い致します。		スティックビスケット おやつ
１５ （月）	<b style="color:green">お弁当の日（お盆保育） ※お弁当には、必ず火の通ったものをに入れていただきますよう、お願い致します。		ごまポッキー おやつ
１６ （火）	ハヤシライス サラダ チーズ すいか	米・豚肉・エリンギ・人参・玉葱・コーン・ハヤシルゥ・油 きゅうり・大根・かつお節・薄口醤油・酢・砂糖・油 スティックチーズ すいか	たまごボーロ さつまいもち （さつま芋・バター・砂糖・片栗粉）
１７ （水）	ごはん 鶏の西京焼き ひじきの煮物 すまし汁 オレンジ	米 鶏肉・味噌・酒・砂糖・薄口醤油 ひじき・しめじ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 玉葱・肉団子・麩・みつば・薄口醤油・塩 オレンジ	チーズ ボーロ （小麦粉・無塩バター・砂糖・油）

	献立名	材料名	朝おやつ（未満児） 午後おやつ（未満児・以上児）
18 （木）	ごはん 揚げ魚のレモン風味 もみのり和え 味噌汁 バナナ	米 かれい・塩・片栗粉・揚げ油・砂糖・醤油・レモン果汁 キャベツ・もやし・きゅうり・ちくわ・醤油・もみのり 人参・さつま芋・ごぼう・わかめ・味噌 バナナ	スティックビスケット 麩のラスク （麩・砂糖・無塩バター）
19 （金）	ごはん しそチーズバーグ きんぴらごぼう 味噌汁 すいか	米 豚挽肉・おから・玉葱・しそ・塩・パン粉・調製豆乳・ピザチーズ・砂糖・酒・醤油・片栗粉 ごぼう・人参・しらたき・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま 玉葱・なす・油揚げ・葱・味噌 すいか	ブルーン フルーツヨーグルト （ヨーグルト・みかん缶・もも缶・バナナ） 
20 （土）	キャベツの肉味噌丼 すまし汁 バナナ	米・豚肉・キャベツ・人参・玉葱・もやし・味噌・醤油・酒・砂糖・みりん・油 玉葱・麩・椎茸・みつば・薄口醤油・塩 バナナ	ごまポッキー おやつ
22 （月）	ごはん レバーの甘辛煮 なめたけ和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・酒・砂糖 キャベツ・オクラ・人参・なめたけ・醤油 さつま芋・しめじ・もやし・みつば・味噌 オレンジ	スティックビスケット クラッカーピザ （クラッカー・ピーマン・玉葱・ツナ・ケチャップ・ピザチーズ）
23 （火）	ごはん あじの梅焼き 煮浸し 味噌汁 バナナ	米 あじ・梅干し・砂糖・みりん・酒・醤油 小松菜・しめじ・油揚げ・酒・みりん・醤油 ごぼう・人参・じゃが芋・葱・味噌・ごま油 バナナ	チーズ メロンパントースト （食パン・グラニュー糖・無塩バター・ホットケーキ粉・牛乳）
24 （水）	ごはん 麻婆なす サラダ スープ すいか	米 豚挽肉・なす・玉葱・人参・白葱・おろし生姜・おろしにんにく・鶏ガラ・酒・醤油・テンメンジャン・片栗粉・油 キャベツ・もやし・ちくわ・すりごま・薄口醤油・砂糖・酢・ごま油 卵・ビーフン・わかめ・えのき・鶏ガラ すいか	ブルーン 鮭と青のりのポテトおやき （じゃが芋・さけ・青のり・マヨネーズ・片栗粉）
25 （木）	★夏まつり 焼きそば ウインナー きゅうり すいか	焼きそば麺・豚肉・玉葱・人参・しめじ・もやし・キャベツ・焼きそばソース・青のり ウインナー きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 すいか 	たまごボーロ アイスシャーベット 
26 （金）	ほうれん草ピラフ チキンビーンズ そうめんサラダ スープ オレンジ	米・ツナ・ミックスベジタブル・ほうれん草・玉葱・バター・塩・こしょう・コンソメ 鶏肉・大豆・玉葱・人参・じゃが芋・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・砂糖・油 そうめん・ハム・きゅうり・かつお節・醤油・酢・油 トマト・オクラ・しめじ・コンソメ オレンジ	ごまポッキー マシュマロサンド （リッツ・マシュマロ）
27 （土）	スタミナ丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・もやし・人参・キャベツ・椎茸・ニラ・おろし生姜・おろしにんにく・酒・砂糖・みりん・醤油・塩・ごま・ごま油 玉葱・大根・油揚げ・みつば・味噌 バナナ	スティックビスケット おやつ
29 （月）	ごはん 厚揚げの味噌炒め 酢の物 すまし汁 ぶどう	米 豚肉・厚揚げ・玉葱・人参・キャベツ・砂糖・味噌・醤油・油 きゅうり・オクラ・トマト・かつお節・酢・砂糖・薄口醤油 はんぺん・肉団子・玉葱・みつば・薄口醤油・塩 ぶどう	ごまポッキー パイ （パイシート・グラニュー糖）
30 （火）	ごはん かれいのバター醤油焼き 和え物 味噌汁 すいか	米 かれい・酒・みりん・砂糖・醤油・バター モロヘイヤ・もやし・ツナ・ひじき・醤油・砂糖・すりごま 人参・さつま芋・ごぼう・葱・味噌 すいか	たまごボーロ もちもちドーナツ （ホットケーキ粉・白玉粉・砂糖・油・牛乳・揚げ油）
31 （水）	焼豚ラーメン コロコロサラダ ゆで卵 バナナ	中華麺・焼豚・人参・キャベツ・コーン・もやし・葱・鶏ガラ・醤油・ごま油 きゅうり・大根・トマト・かつお節・薄口醤油・砂糖・酢・ごま油 卵・塩 バナナ	チーズ 梅昆布おにぎり （米・梅干し・塩昆布・かつお節）

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの時に牛乳を提供しています。
※天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承ください。