

日 曜	主 食	副 共	食 通	お や つ	
				午前(未満児)	午後(共通)
1 土	モーニングロールパン	焼豚ラーメン 煮豆 チキンナゲット ミニトマト 巨峰		牛乳★ふかし芋	牛乳 小袋お菓子
3 月	ご飯	白身魚の利休焼き マッシュサラダ オレンジ 野菜スープ		牛乳 丸ボーロ	牛乳 アイスクリーム
4 火	ご飯	タンドリーチキン ほうれん草のアーモンド和え すいか 豆腐のスープ		牛乳 バナナ	牛乳★さつま芋のつき揚げ
5 水	とうもろこしご飯	松風焼き カラフルサラダ パイナップル もやしスープ		牛乳 星のせんべい	牛乳★レモンマドレーヌ
6 木	ご飯	鮭のマヨネーズ焼き トマトサラダ 納豆 メロン えのきたけの味噌汁		牛乳 ミレービスケット	牛乳★フルーツゼリー
7 金	マーボー丼	麻婆豆腐 スティックサラダ みかん缶 大根と卵のスープ		牛乳 カットチーズ	牛乳 紫芋蒸しパン
8 土	<縁日ごっこ> ビーフカレー フランクフルト ミニトマト アスパラ 巨峰			牛乳 ミルクスティック	牛乳 パピコアイス
11 火	ご飯	あじのムニエル ひじきのサラダ オレンジ かき玉スープ		牛乳 バナナ	牛乳★抹茶蒸しパン
12 水	ご飯	鮭ザンギ 納豆の中華和え パイン缶 野菜の味噌汁		牛乳 あげまる	牛乳★スキムクッキー
13 木	お盆メニュー				
14 金	〃				
15 土	お弁当の日				
17 月	ご飯	三色丼 人参・きゅうりスティック オレンジ 茄子の味噌汁		牛乳 ひじきスティック	牛乳★きな粉団子
18 火	ご飯	肉じゃが ブロッコリーのピーナッツ和え もも缶 すまし汁		牛乳 バナナ	牛乳★大学芋
19 水	ご飯	ピーマンの肉詰め じゃが芋の塩昆布サラダ パイナップル コンソメスープ		牛乳 豆乳ドーナッツ	牛乳★ぶどうゼリー
20 木	ご飯	チキン南蛮 あっさりサラダ たねなしぶどう 冬瓜のスープ		牛乳 ポテトチップス	牛乳★アーモンドケーキ
21 金	カレーライス	チーズカレー スティックサラダ みかん缶 大根スープ		牛乳 きなこおかき	牛乳 おまんじゅう
22 土	食パン	仲良しうどん 大豆と昆布の煮物 かぼちゃのホクホク焼き すいか		牛乳★マカロニあべかわ	牛乳 小袋お菓子
24 月	ご飯	魚のフライ สปาゲティサラダ キウイ コンソメスープ		牛乳 カル鉄スティック	牛乳★フルーツポンチ
25 火	ご飯	さばの味噌煮 さつま芋サラダ 巨峰 きのことスープ		牛乳 バナナ	牛乳★豆花
26 水	にんじんご飯	大豆入り筑前煮 シャウエッセン オレンジ そうめんスープ		牛乳 あずきクラッカー	牛乳★ラスク
27 木	ご飯	鮭の西京焼き 三色サラダ パイナップル キャベツスープ		牛乳 野菜スティック	牛乳★クレープ
28 金	<誕生会> ひまわりランチ わかめご飯 チキンソテー アスパラ ミニトマト 巨峰 豆腐のスープ			牛乳 ミニゼリー	牛乳★ポップコーン
29 土	モーニングロールパン	ひじき麺 五目きんぴら シューマイ メロン		牛乳★バナナマフィン	牛乳 小袋お菓子
31 月	ご飯	鮭の幽庵焼き 南瓜とツナのサラダ キウイ 春雨スープ		牛乳 ベアビスケット	牛乳★人参パンケーキ

※都合により献立を変更する場合があります

★手作りおやつです

- 8日(土) 縁日ごっこ
- 15日(土) お弁当の日
- 28日(金) お誕生会

献立紹介・・・28日

<材料> 約4人前

・鶏もも肉 250g

- ・マヨネーズ 大さじ2
- ・ケチャップ 大さじ1
- ・醤油 小さじ1
- ・カレー粉 小さじ1
- ・砂糖 小さじ1

A

<作り方>

- ①鶏もも肉を一口大に切る。
- ②①をAに漬け込む。
(冷蔵庫で1時間～一晩漬ける)
- ③フライパンにサラダ油をひいて、
②を入れてから火をつける。弱火
で蓋をして5～6分焼く。
- ④裏返して、弱火よりの中火で蓋を
して焼く。焼き色が付けば完成。

