



《今月の旬のフルーツ:メロン》

日	曜	午前おやつ (乳児のみ)	昼食	午後おやつ	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える	補食
1	木	煎餅 白湯	ごはん 豚肉と大豆のスタミナ炒め 野菜スープ バナナ	和風焼きうどん 牛乳	豚肉 大豆 牛乳	米 油 じゃがいも うどん 砂糖	キャベツ たら 大根 長ねぎ 赤パプリカ にんにく にんじん バナナ たまねぎ	おむすび (ふりかけ) お茶
2	金	煎餅 白湯	コッペパン クリームシチュー ブロッコリーの和風サラダ オレンジ	鮭わかめごはん 小魚 (乳児)白湯(幼児)お茶	鶏肉 小魚 牛乳 かにかま 鮭 ごま	コッペパン じゃがいも 油 砂糖 米	たまねぎ オレンジ にんじん コーン ブロッコリー わかめ	おむすび (ふりかけ) お茶
3	土	煎餅 白湯	ごはん 大根と厚揚げの煮込み みそ汁 バナナ	せんべい ビスケット 牛乳	鶏肉 厚揚げ みそ 牛乳	米 油 せんべい 砂糖	大根 人参 にんにく いんげん かぼちゃ たまねぎ バナナ	
5	月	煎餅 白湯	ごはん 鶏の照り焼き オクラのツナマヨサラダ みそ汁 オレンジ	黒糖ドーナツ 牛乳	鶏肉 ツナ 木綿豆腐 ごま みそ 牛乳	米 砂糖 黒砂糖 油 ホットケーキミックス マヨネーズ	オクラ コーン しめじ キャベツ オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶
6	火	煎餅 白湯	ごはん プルコギ 中華スープ メロン	小倉サンド 牛乳	豚肉 ごま かにかま 木綿豆腐 つぶあん 牛乳	米 砂糖 ごま油 春雨 食パン 片栗粉 無塩バター	にんにく たら にんじん たまねぎ えのきたけ 白菜 チンゲン菜 メロン	おむすび (ふりかけ) お茶
7	水	煎餅 白湯	ごはん 鶏の唐揚げ グラッセ みそ汁 バナナ	ナポリタン 牛乳	鶏肉 さつま揚げ みそ 牛乳 ウインナー	米 片栗粉 砂糖 油 スパゲッティー 無塩バター	しょうが 人参 ブロッコリー もやし バナナ ピーマン たまねぎ	おむすび (ふりかけ) お茶
8	木	煎餅 白湯	ごはん 乳児:鮭の塩焼き 幼児:鮭の味噌煮 ひじきの炒り煮 きのこ汁 オレンジ	(8)2色ゼリー せんべい (乳児)白湯(幼児)お茶 (29)0.1オ ホットケーキ 2才~フルーチェパフェ	鮭(乳児) 大豆 鯖 みそ(幼児) さつま揚げ 牛乳 油揚げ (29)生クリーム	米 油 砂糖 (8)せんべい (29)コーンフレーク	しょうが(幼児) オレンジ ひじき にんじん 舞茸 (8)みかん缶 えのきたけ (29)黄桃缶	おむすび (ふりかけ) お茶
9	金	煎餅 白湯	チキンカレー 切り干し大根の胡麻サラダ バナナ	豆乳フオカッチャ 牛乳	鶏肉 竹輪 練りごま 牛乳	米 ごま油 じゃがいも 砂糖 豆乳フオカッチャ 油	人参 たまねぎ 切り干し大根 きゅうり バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
10	土	煎餅 白湯	豚みそうどん 和風ツナサラダ オレンジ	せんべい ビスケット 牛乳	豚肉 みそ ツナ 牛乳	うどん 油 砂糖 せんべい	人参 たまねぎ 大根 しめじ ブロッコリー コーン オレンジ	
12	月	煎餅 白湯	ごはん 鶏肉の味噌焼き ほうれん草の白和え みそ汁 バナナ	和風しらすトースト 牛乳	鶏肉 チーズ みそ しらす 木綿豆腐 ごま さつま揚げ 牛乳	米 砂糖 ごま油 食パン	ほうれん草 人参 ひじき のり キャベツ えのきたけ バナナ たまねぎ	おむすび (ふりかけ) お茶
13	火	煎餅 白湯	他人丼 ブロッコリーのおかか和え みそ汁 オレンジ	塩焼きそば 牛乳	豚肉 卵 みそ しらす 鶏肉 牛乳	米 砂糖 中華麺 油 ごま油	たまねぎ キャベツ 人参 オレンジ ブロッコリー たら もやし ピーマン	おむすび (ふりかけ) お茶
14	水	煎餅 白湯	ごはん 白身魚のコーンクリーム焼き もやしのナムル みそ汁 バナナ	揚げパン 牛乳	カラスガレイ みそ ごま きなこ 牛乳	米 小麦粉 砂糖 マヨネーズ 油 さつまいも ごま油 コッペパン	もやし 人参 小松菜 舞茸 コーンクリーム バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
15	木	煎餅 白湯	あんかけうどん ツナと大根の中華サラダ オレンジ	カレーピラフ 小魚 (乳児)白湯(幼児)お茶	豚肉 ツナ ごま 小魚 ウインナー	うどん 片栗粉 米 砂糖 ごま油	たまねぎ 人参 ほうれん草 大根 小松菜 オレンジ ピーマン	おむすび (ふりかけ) お茶
16	金	煎餅 白湯	ごはん 筑前煮 厚揚げのスープ メロン	スイートポテト 牛乳	鶏肉 竹輪 厚揚げ 牛乳	米 砂糖 さつまいも 油 無塩バター	大根 にんじん れんこん いんげん たまねぎ 小松菜 メロン	おむすび (ふりかけ) お茶

★献立は仕入れの都合上変更することがありますがご了承ください。

~今月のレシピ~ "小倉サンド"

<材料> 1人分

- ・食パン(8枚切り) 1/6×3枚
- ・つぶあん 10g
- ・無塩バター 5g



<作り方>

1. ボウルにつぶあんとバターを合わせる。
2. 1を食パンに塗る。
3. 食パンを重ねる。
4. 食パンのみみを切る。
5. 6等分に切って完成。

\*甘くて人気のおやつです!  
朝食にもオススメです

※ウインナー・かにかま・竹輪・さつま揚げ・なると・つみれ・中華麺は卵不使用のものを使っています。