

2018年7月度 キッズキャンパス メニュー



★の日はお誕生日メニュー

☺の日手作りおやつ

＜アレルギー表示 ●卵/▲乳/☆えび/◎かに/＊魚介類（→アレルギー対応）午後おやつは牛乳はお茶に変更＞

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				おやつ	
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他	午前(1~2歳のみ)	午後
2月	火	豚肉と野菜のオニオンソース炒め ポテトサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ(バナナ)	油・砂糖・調合ごま油・片栗粉 じゃが芋・マヨネーズ 米(コシヒカリ)	豚肉 うす揚げ・赤味噌・白味噌	玉ねぎ・人参・白菜・ニラ きゅうり・コーン	オニオンソース・醤油 塩	たべっ子ペイビー ☺ きなこおにぎり ▲牛乳	
3月	火	揚げ鶏の味噌がらめ こんぶ豆 小松菜ともやしのおかか和え 麦入りごはん すまし汁	片栗粉・油・砂糖 砂糖 米(コシヒカリ)・押麦 麩	鶏肉・赤味噌 水煮大豆 ＊かつお節(→なし)	きざみ昆布・人参 小松菜・もやし	醤油・みりん・かつおだし かつおだし・醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし	▲ビスコ (→アスバラガスビスケット) アップルパンケーキ ▲牛乳	
4月	水	夏野菜のポトフ 平天とフロッコリーのサラダ ごはん フルーツ(バナナ)	油・砂糖 米(コシヒカリ)	●ウインナー(→鶏肉) ＊さつま揚げ(→なし)	冬瓜・かぼちゃ・キャベツ・ピーマン・玉ねぎ ブロッコリー・人参 バナナ	チキンコンソメ・塩 穀物酢・醤油	満月ボン ☺ 黒糖アガサー ▲牛乳	
5月	木	【セタメニュー】 星のミートコロック ころろサラダ ツナピラフ すまし汁 きらきらゼリー	星のミートコロック・油 マヨネーズ 米(コシヒカリ)・油 そうめん 砂糖	▲チーズ(→なし)・水煮大豆 ＊まぐろフレーク(→なし)	きゅうり・赤パプリカ 人参・グリーンピース オクラ・まいりけ 寒天・りんごジュース	塩 チキンコンソメ・塩 かつおだし・醤油・塩	▲マンナウエハース (→星たべよ)	野菜クラッカー ハッピーターン ▲牛乳
6月	金	冷やし中華 かぼちゃのそぼろ煮 フルーツ(オレンジ)	ラーメン・調合ごま油・砂糖 油・砂糖	チキンフレック・●鶏糸卵(→なし) 豚ミンチ	きゅうり・もやし・わかめ かぼちゃ オレンジ	冷し中華スープ 醤油・酒・みりん・かつおだし	アスバラガスビスケット <3-5歳> スイカ <1-2歳> ▲星の雪サラダ(→満月ボン) ▲アスバラガスビスケット	
7月	土	焼き鳥丼 ちくわとチゲンサイのお浸し 味噌汁	米(コシヒカリ)・油・砂糖・片栗粉・白ごま 油・砂糖	鶏肉 ＊ちくわ(→なし) 赤味噌・白味噌	しょうが・キャベツ・きざみりの チゲン菜・人参 大根・しめじ・青ねぎ	醤油・みりん・塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	ベジスナック ▲牛乳	
9月	月	鶏肉のバーベキューソース 蒸さつま芋 コーンサラダ 麦入りごはん 味噌汁	小麦粉・油・砂糖・片栗粉 さつま芋 コーン・オリーブ油 米(コシヒカリ)・押麦	鶏肉 赤味噌・白味噌	コーン・ブロッコリー・人参・レモン果汁 白菜・まいりけ・青ねぎ	醤油・みりん・塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	星たべよ ●/▲ソフぽうち (→ぼたぼた焼) ▲牛乳	
10月	火	サケの煮付け ハムとほうれん草のソーテー もやしの甘酢和え ごはん すまし汁	砂糖 油 砂糖 米(コシヒカリ) そうめん	＊サケ(→オムレツ) ●/▲ハム(→なし)	しょうが ほうれん草・人参・玉ねぎ もやし・きゅうり わかめ・みつば	醤油・酒・かつおだし チキンコンソメ 穀物酢・醤油 かつおだし・醤油・塩	▲マンナビスケット (→ハッピーターン) ▲どうもろこし蒸しパン (→乳なし蒸しパン) ▲牛乳	
11月	水	炒り豆腐 シューマイ しらすとブロッコリーのサラダ 麦入りごはん 味噌汁	油・砂糖・調合ごま油 油・砂糖 米(コシヒカリ)・押麦 麩	豆腐・豚肉 ●/▲肉焼売(→豆腐焼売) ＊しらす干し(→なし)	玉ねぎ・人参・ニラ・しいたけ・しょうが ブロッコリー・黄パプリカ 青ねぎ・大根	かつおだし・醤油・みりん・酒 醤油・穀物酢 かつおだし	ベジスナック ぼたぼた焼 ▲しいたけ焼売(→クリーム) (→アスバラガスビスケット) ▲牛乳	
12月	木	まぐろフライ 粉ふき芋 オクラのサラダ とうもろこしごはん 味噌汁 トマトサワーかん	油 じゃが芋 砂糖・オリーブ油 米(コシヒカリ)	＊マゴロコ(→かぼちゃ焼肉フライ) ●/▲オクラ蒸し日ケキ (バナナ) (→卵・乳なしケキ) ▲牛乳	ドライパセリ オクラ・キャベツ・人参・レモン果汁 コーン 玉ねぎ・しめじ 寒天・トマトジュース	塩 穀物酢・塩・醤油 塩・酒 かつおだし	▲エースコイン (→満月ボン) ☺ ▲お茶系日ケキ (→卵・乳なしケキ) ▲牛乳	
13月	金	サバのレモン醤油ソース 人参グラッセ ほうれん草と白菜のごま和え 麦入りごはん 味噌汁	小麦粉・油・砂糖 砂糖・▲バター(→なし) 白ごま 米(コシヒカリ)・押麦	＊サバ(→鶏肉) 赤味噌・白味噌	レモン果汁 人参 ほうれん草・白菜 かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ	塩・穀物酢・醤油・みりん 塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	たべっ子ペイビー ☺ ＊おかかおにぎり (→ゆかりおにぎり) ▲牛乳	
14月	土	豚肉と根菜のうどん 高野豆腐の煮物 フルーツ(黄桃)	うどん・砂糖 砂糖	豚肉 高野豆腐	ごぼう・人参・玉ねぎ・小松菜・たけのこ いんげん 黄桃(缶詰)	かつおだし・醤油・みりん・酒・塩 かつおだし・醤油・酒	アスバラガスビスケット	

＊都合により、献立および材料が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
その場合は、お知らせさせていただきます。

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				おやつ	
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他	午前(1~2歳のみ)	午後
17月	火	ハンバーグ がんもの煮物 マカロニサラダ 麦入りごはん 味噌汁	油 砂糖 マカロニ・マヨネーズ 米(コシヒカリ)・押麦 麩	▲ハンバーグ(→鶏肉) 一口がんも 人参 グリーンピース・コーン 塩	玉ねぎ・わかめ	かつおだし	▲シガーフライ (→ハッピーターン) ☺ ●こまビスコッティ (→卵なしビスコッティ) ▲牛乳	
18月	水	アジのカレー風味焼 かぼちゃのバター焼 キャベツの塩昆布和え ごはん 味噌汁	小麦粉・油 ▲バター(→なし) 米(コシヒカリ)	＊アジ(→鶏肉) かぼちゃ キャベツ・人参・塩昆布 ごはん まいりけ・もやし・青ねぎ	塩・かつおだし 醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし	満月ボン ☺ 大豆おにぎり ▲牛乳		
19月	木	かき揚げ丼 小松菜のツナ和え 味噌汁 フルーツ(バナナ)	米(コシヒカリ)・小麦粉・油・片栗粉 小松菜のツナ和え じゃが芋	＊ちくわ(→なし) ＊まぐろフレーク(→なし) うす揚げ・赤味噌・白味噌	チキンコンソメ・塩 穀物酢・醤油	満月ボン ☺ 黒糖アガサー ▲牛乳		
20月	金	チキンソーテーパイナップルソース ベーコンピーンズ 野菜サラダ 麦入りごはん スープ	小麦粉・油・砂糖・片栗粉 油・砂糖 米(コシヒカリ)・押麦	鶏肉 ●▲ベーコン(→なし)・水煮大豆 ＊さつま揚げ(→なし)	塩・醤油・酒 チキンコンソメ・ケチャップ 醤油・穀物酢 チキンコンソメ	アスバラガスビスケット ☺ ▲お好みねぎ焼き (→卵・乳なしお好みねぎ焼き) ▲牛乳		
21月	土	味噌ラーメン さつま芋とレーズンの甘煮 フルーツ(黄桃)	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・砂糖	豚肉・赤味噌 玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし・ほうれん草・しめじ・オクラ 黄桃(缶詰)	醤油・鶏がらスープ・塩 レーズン	ベジスナック		
23月	月	肉じゃが オムレツ ほうれん草と白菜のしらす和え 麦入りごはん 味噌汁	じゃが芋・油・砂糖 オムレツ ほうれん草と白菜のしらす和え 米(コシヒカリ)・押麦	牛肉 ●▲ブレインオムレツ(豆腐焼売) ＊しらす干し(→なし)	玉ねぎ・人参・グリーンピース ほうれん草・白菜 わかめ・えのきだけ	かつおだし・みりん・酒・醤油 ケチャップ 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	星たべよ ☺ ●▲お好みねぎ焼き (→卵・乳なしお好みねぎ焼き) ▲牛乳	
24月	火	サケのごま焼 ごぼうの味噌きんぴら 切干大根サラダ ごはん とうがんのすまし汁	油・砂糖・白ごま 油 砂糖・油 米(コシヒカリ) 花麩	＊サケ(→鶏肉) 赤味噌 豆腐・赤味噌・白味噌	しょうが ごぼう・人参・ピーマン 切干大根・きゅうり・キャベツ・コーン	醤油・みりん 醤油・みりん 醤油・穀物酢・みりん	●▲おしろくムスハース (→アスバラガスビスケット) ●福棒 (→満月ボン) ▲牛乳	
25月	水	豆腐の野菜あんかけ ひじきとかぼちゃの煮物 ブロッコリーの中華和え 麦入りごはん 味噌汁	油・砂糖・片栗粉 砂糖 調合ごま油 米(コシヒカリ)・押麦	豆腐・牛肉 ＊ちくわ(→なし) 赤味噌・白味噌	玉ねぎ・まいりけ・チゲン菜 かぼちゃ・芽ひじき ブロッコリー・人参 白菜・茄子・もやし	醤油・みりん・酒・かつおだし かつおだし・醤油・酒 醤油・みりん・鶏がらスープ かつおだし	ベジスナック ☺ ●▲サターランアゲエ (沖縄風ドーナツ) (→卵・乳なしドーナツ) ▲牛乳	
26月	木	鶏そぼろうどん さつま芋のいとこ煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・油・砂糖 さつま芋 フルーツ(オレンジ)	鶏ミンチ 小豆(缶詰)	大根・わかめ・青ねぎ・だし昆布 オレンジ	醤油・みりん・酒・かつおだし・塩 醤油	●おにぎりせんべい (→星たべよ) ☺ ▲牛乳	
27月	金	サバの和風フリッター じゃが芋のあおさけ和え チキンとキャベツのサラダ 麦入りごはん 味噌汁	小麦粉・油 じゃが芋 油・砂糖 米(コシヒカリ)・押麦	＊サバ(→鶏肉) チキンフレック うす揚げ・赤味噌・白味噌	あおさけ キャベツ・人参・グリーンアスパラガス 小松菜・玉ねぎ 鶏がらスープ	塩・かつおだし・醤油・みりん 醤油・みりん 醤油・穀物酢 かつおだし	たべっ子ペイビー 野菜クラッカー ハッピーターン ▲牛乳	
28月	土	焼豚チャーハン 三色ナムル 中華スープ	米(コシヒカリ)・油 白ごま・砂糖・調合ごま油 豆腐	焼豚 赤味噌・白味噌	玉ねぎ・人参・にんにく 白菜・グリーンアスパラガス 鶏がらスープ	醤油・みりん・酒・かつおだし・塩 醤油	アスバラガスビスケット	
30月	月	オープンオムレツ 煮豆 キャベツのゆかり和え ごはん 味噌汁	油 砂糖 米(コシヒカリ) 麩・じゃが芋	●▲卵(→なし)・▲牛乳(→なし)・●▲ハム(→なし) 水煮大豆 赤味噌・白味噌	玉ねぎ・グリーンピース 人参 キャベツ・小松菜・しめじ・ゆかり わかめ	塩・チキンコンソメ・ケチャップ かつおだし・醤油・みりん・酒 かつおだし	満月ボン ☺ わらびもち ▲牛乳	
31月	火	鶏肉の唐揚げ かぼちゃのチーズ焼 マカロニサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 小麦粉・片栗粉・油 マカロニ・油・砂糖 米(コシヒカリ)	▲チーズ(→なし) うす揚げ・赤味噌・白味噌	しょうが かぼちゃ きゅうり・人参・コーン まいりけ・青ねぎ	塩・酒 塩 穀物酢・醤油 かつおだし	星たべよ ▲星の雪サラダ (→ぼたぼた焼) ▲ハベスト (→たべっ子ペイビー) ▲牛乳	

