



月	火	水	木	金	土	
				1日	2日	
				鶏肉の照りポン焼き 鶏むね肉・片栗粉・かぼす果汁・しょうゆ 三温糖・ごま油・ねぎ 野菜炒め かぼちゃ・玉ねぎ・しめじ・コーン・オリーブ油・塩・しょうゆ 和え物 テンゲン菜・ごぼう・もやし・人参・ねぎごま・ごま・しょうゆ・三温糖 みそ汁 豆腐・レタス・水菜・みそ	豚カレーあんかけ丼 豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・三温糖 しょうゆ・片栗粉・カレー粉 清汁 じゃがいも・白菜・しょうゆ・塩 ピザ風パン 牛乳 強力粉・小麦粉・三温糖・ドライイースト・塩 オリーブ油・水・ピーマン・玉ねぎ・ツナ カネオックスチーズ	せんべい ばりんこ
4日 振替休日	5日	6日	7日	8日	9日	
	鶏肉のコーンフ레이크焼き 鶏もも肉・塩麹・しょうゆ・みりん・片栗粉 コーンフ레이크・油 バルサミコ炒め れんこん・玉ねぎ・人参・バルサミコ酢・しょうゆ みりん・三温糖・油 じゃこ和え 小松菜・かぶ・豆腐・しょうゆ・ちりめんじゃこ みそ汁 里芋・ほうれん草・えのき・みそ みたらしパン 牛乳 食パン・三温糖・しょうゆ・片栗粉	さばのみそマヨ焼き 鯖・しょうゆ・みそ・マヨネーズ 高野豆腐煮 高野豆腐・人参・三温糖・みりん・しょうゆ 黒酢サラダ テンゲン菜・パプリカ・ブロッコリー・しょうゆ・三 温糖・黒酢・油 清汁 じゃがいも・白菜・豆腐・しょうゆ・塩 大根もち 柿 牛乳 大根・白玉粉・ニラ・油・酢・しょうゆ	ポークチャップ 豚肉・玉ねぎ・クチャップ・三温糖・しょうゆ・油 長芋の甘辛焼き 長芋・しょうゆ・三温糖 かつお和え キャベツ・もやし・人参・かつお しょうゆ スープ ベーコン・小松菜・なめこ・しょうゆ・塩・コンソメ おにぎり りんご 牛乳 梅肉・昆布・みりん・しょうゆ・七分付米	鮭の磯辺焼き 生鮭・青のり・酒・みりん・しょうゆ・片栗粉 カレー炒め かぶ・玉ねぎ・ごぼう・昆布・カレー粉 三温糖・しょうゆ・油 スピナチサラダ ほうれん草・人参・カリフラワー・ごま・マヨネーズ しょうゆ みそ汁 油揚げ・テンゲン菜・カイワレ大根・みそ パンブキンケーキ 牛乳 ホットケーキmix・かぼちゃ・牛乳・スキムミルク・ 無塩バター	肉うどん 豚肉・レタス・エリンギ・玉ねぎ・人参 三温糖・塩麹・みりん・しょうゆ・塩・乾麺 和え物 さつまいも・白菜・人参・すし酢・しょうゆ 三温糖 せんべい 味しらべ(しょうゆせんべい)	
11日	12日	13日	14日 ぞら・たいようお弁当日	15日	16日	
むかごごはん ツナ・むかご・ねぎ・三温糖・しょうゆ・塩・油・七 分付米 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉・しょうゆ・みりん・片栗粉 和風サラダ 長芋・キャベツ・人参・しょうゆ・三温糖・油 清汁 鮎・玉ねぎ・わかめ・しょうゆ・塩 いちごヨーグルトケーキ 牛乳 小麦粉・BP・スキムミルク・三温糖・ヨーグルト・ 牛乳・いちごジャム	あじのタルタルソースかけ 七 珍・塩麹・生姜・片栗粉・玉ねぎ・パセリ・ みりん・しょうゆ・マヨネーズ さつまいもの甘露煮 さつまいも・しょうゆ・三温糖・みりん・水 酢の物 ほうれん草・大根・人参・しょうゆ すし酢・三温糖 みそ汁 もやし・れんこん・水菜・みそ ミルククリームパン 牛乳 食パン・牛乳・三温糖・コーンスターチ	ジャージャン豆腐 厚揚げ・豚肉・昆布・人参・酒・三温糖・みそ・し ょうゆ・油 ひじき煮 ひじき・玉ねぎ・三度豆・三温糖・しょうゆ 梅和え テンゲン菜・ごぼう・パプリカ・人参・梅肉・三 温糖・しょうゆ スープ キャベツ・しめじ・豆腐・しょうゆ・塩・コンソメ 抹茶ういろう 柿 牛乳 米粉・上新粉・抹茶・三温糖・水	白身魚のカレー焼き 白身魚・塩麹・三温糖・しょうゆ・カレー粉・ 片栗粉 煮浸し 白菜・昆布・人参・みりん・しょうゆ・片栗粉 かぼちゃサラダ かぼちゃ・ブロッコリー・金時豆・マヨネーズ・しょうゆ みそ汁 かぶ・ほうれん草・とろろ昆布・みそ おにぎり りんご 牛乳 青のり・塩・ごま・七分付米	鶏肉のアングリーズ 鶏むね肉・生姜・しょうゆ・ウスターソース・三 温糖・パン粉 人参とツナの中巻炒め 人参・さつまいも・ツナ・三温糖・しょうゆ・みりん・ ごま油 磯辺和え 小松菜・もやし・玉ねぎ・焼きのり・しょうゆ 清汁 レタス・まいたけ・ねぎ・しょうゆ・塩 ココアクッキー 牛乳 小麦粉・ココア・三温糖・油・豆乳	ちゃんぽんうどん 豚肉・玉ねぎ・人参・ニラ・テンゲン菜・塩麹 三温糖・みりん・しょうゆ・塩・油・乾麺 和え物 かぶ・白菜・パプリカ・三温糖・しょうゆ・ゆかり粉 せんべい きなこちせんべい	
18日	19日 収穫感謝祭	20日	21日 ぞら・たいようお弁当日	22日 お誕生会	23日 国民の休日	
ガバオライス風 鶏ミンチ・玉ねぎ・パプリカ・ごま油・三温糖・ しょうゆ・酒・みりん・パプリカ粉・七分付米 鶏肉の玉ねぎおろしソース 鶏もも肉・塩麹・玉ねぎ・みりん・三温糖・酢・し ょうゆ・片栗粉 レモンサラダ ほうれん草・しらす・人参・油・しょうゆ・レモン果 汁・三温糖 清汁 豆腐・長いも・しょうゆ・塩 黒糖蒸しパン 牛乳 小麦粉・米粉・BP・豆乳・黒砂糖	豚肉の生姜焼き 豚肉・玉ねぎ・生姜・酒・三温糖・しょうゆ・油 焼きじゃが じゃがいも・塩麹・青のり・油 洋風和え 小松菜・人参・水煮大豆・しょうゆ・オリーブ油・ 塩・豆乳 スープ 大根・白菜・しめじ・しょうゆ・塩・コンソメ ジャム食パン 牛乳 食パン・ジャム	白身魚の酒蒸しあんかけ 白身魚・塩麹・人参・玉ねぎ・しょうゆ・塩・片 栗粉 当座煮 糸こんにゃく・パプリカ・三度豆・三温糖 しょうゆ・油 甘酢和え キャベツ・ブロッコリー・もやし・しょうゆ すし酢・三温糖・油 みそ汁 油揚げ・れんこん・豆腐・みそ 芋ようかん 柿 牛乳 さつまいも・三温糖・塩・寒天・水	厚揚げのツナマヨ焼き 厚揚げ・玉ねぎ・ツナ・マヨネーズ・しょうゆ・ねぎ トマト煮 ごぼう・かぼちゃ・三温糖・ ホールトマト・しょうゆ・塩・オリーブ油 なめたけ和え 白菜・カリフラワー・昆布・えのき・みりん・し ょうゆ 清汁 ほうれん草・レタス・人参・しょうゆ・塩 おにぎり りんご 牛乳 かつお・すりごま・しょうゆ・七分付米	おすし ひじき・かんぴょう・人参・小松菜・ちりめんじゃこ 三温糖・しょうゆ・塩・すし酢・酢・七分付米 タンドリーチキン 鶏手羽元・塩麹・クチャップ・豆乳・みりん しょうゆ・カレー粉・オリーブ油 さつまいもサラダ さつまいも・人参・テンゲン菜・しょうゆ・マヨネ ーズ みそ汁 玉ねぎ・エリンギ・キャベツ・みそ 洋梨ケーキ 牛乳 洋なし・小麦粉・BP・三温糖・塩・酢・油・豆乳		
25日	26日 かげお弁当日	27日	28日	29日	30日	
きのこごはん しめじ・まいたけ・三つ葉・しょうゆ・みりん・塩 七分付米 鶏肉のマーマレード焼き 鶏もも肉・マーマレード・しょうゆ・塩麹 マリネ 大根・小松菜・人参・しょうゆ・三温糖・酢・す し酢・油 清汁 じゃがいも・白菜・しょうゆ・塩 ホットケーキ 牛乳 ホットケーキmix・牛乳・スキムミルク・ジャム	豚肉とかぼちゃの甘酢がらめ 豚肉・かぼちゃ・三度豆・三温糖・酢・しょうゆ・ご ま油 金時豆煮 金時豆・しょうゆ・三温糖・塩 マヨしょうゆ和え キャベツ・人参・玉ねぎ・コーン・マヨネーズ・し ょうゆ みそ汁 鮎・レタス・テンゲン菜・みそ 洋梨ジャムパン 牛乳 洋なし・三温糖・レモン果汁・水	さわらの西京焼き 鮭・白みそ・しょうゆ・みりん・酒 れんこんきんぴら れんこん・玉ねぎ・しょうゆ・みりん・三温糖・油 ボン酢和え 長いも・ほうれん草・人参・かぼす果汁 すし酢・しょうゆ スープ かぶ・ごぼう・水菜・しょうゆ・塩・コンソメ ボンデケーキヨ 柿 牛乳 白玉粉・塩・チーズ・油・豆乳	豆腐つくね 豆腐・鶏ミンチ・ひじき・人参・しょうゆ・みりん・ 塩・片栗粉 切干ナポリタン 切干大根・ベーコン・パプリカ(黄)・三温糖・し ょうゆ・クチャップ・油 ナムル さつまいも・テンゲン菜・玉ねぎ・しょうゆ・三 温糖・ごま油 清汁 春雨・小松菜・エリンギ・しょうゆ・塩 おにぎり りんご 牛乳 わかめ・七分付米	白身魚の風味焼き 白身魚・かぼす果汁・みりん・しょうゆ じゃがいものそぼろ煮 鶏ミンチ・じゃがいも・しょうゆ・三温糖・片栗粉・ 油 ゆかりサラダ ブロッコリー・白菜・パプリカ・ゆかり粉・しょうゆ みそ汁 もやし・玉ねぎ・ほうれん草・みそ きなこスコーン 牛乳 小麦粉・BP・黒砂糖・油・豆乳・きなこ	中華丼 豚肉・玉ねぎ・テンゲン菜・人参・白ねぎ しょうゆ・三温糖・片栗粉・ごま油・七分付米 清汁 豆腐・キャベツ・しょうゆ・塩 せんべい ばりんこ	

乳児の朝おやつ 月～金 牛乳
主食 七分付米