


日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ	日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ		
		熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える				熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える			
2 (月)	ご飯	米	70		おかし 五穀ビスケット 小麦× 小魚家族に変更 牛乳	17 (火)	ご飯	米	70		スイーツポテト さつまいも、牛乳 上白糖、バター 牛乳		
	金平風煮	じゃがいも 35 こんにゃく 10	鶏肉 50	人参 10 ごぼう 10 グリーンピース 5			カレー 魚×→豚肉に変更 豆腐 40 鶏挽肉 10 白菜の味噌汁 刻み揚げ 8	カレイ 60 人参 8 干ししいたけ 0.5 白菜 18 ねぎ 2					
	白菜の和え物		焼きちくわ 8	白菜 40 人参 8 胡瓜 10									
	わかめの味噌汁		わかめ 0.4 豆腐 15										
3 (火)	わかめおにぎり	米	35	わかめ 0.3	チーズいももち じゃがいも、片栗粉 チーズ 牛乳	18 (水)	ピラフ	米	70	ウインナー (卵不使用)	10	人参 10 玉ねぎ 10 コーン 10 いんげん 10	マカロニきな粉 マカロニ、上白糖 きな粉 小麦× マカロニ春雨に変更 牛乳
	肉うどん	うどん 120 小麦× →ビーファンに変更	豚肉 35	玉ねぎ 15 人参 8 ほうれん草 10			鶏肉の照り焼き 小松菜のスープ	鶏肉 60 小松菜 18 コーン 7					
	鶏ささみの胡麻和え		鶏ささみ 15	キャベツ 20 胡瓜 10 人参 10			グルーブフルーツ	グルーブフルーツ 30					
	バナナ			バナナ 40									
4 (水)	ご飯	米	70		ようかん こしあん、寒天 牛乳	19 (木)	ご飯	米	70			ピザパン 食パン (卵不使用) ケチャップ、ビーマン 玉ねぎ、チーズ 小麦× 食パン→じゃがいもに変更 牛乳	
	麻婆豆腐		豚挽肉 35 豆腐 40	玉ねぎ 20 人参 10 干ししいたけ 0.5			絹厚揚げ 35 豚挽肉 35	玉ねぎ 30 人参 10 グリーンピース 5					
	もやしの和え物			もやし 35 胡瓜 15 コーン 8			ほうれん草の和え物	ほうれん草 35 キャベツ 15 人参 10					
	ほうれん草のスープ			ほうれん草 18 玉ねぎ 10			わかめのすまし汁 バナナ	わかめ 0.4 バナナ 40					
5 (木)	ご飯	米	70		シュガートースト 食パン (卵不使用) グラニュー糖、バター 小麦× 食パン→コーンフレーク に変更 牛乳	20 (金)	ポークビーンズ	じゃがいも 20	豚肉 40 大豆 15	玉ねぎ 20 人参 10 大根 35 胡瓜 10 コーン 10	おかし アンパンマン ソフトせんべい 牛乳		
	さわらのみそ焼き		さわら 60 魚×→鶏肉に変更	切干大根 3.5 人参 10 干ししいたけ 8 いんげん 5			大根サラダ	キャベツのスープ	キャベツ 15 ほうれん草 8				
	切干大根の煮物		刻み揚げ 8	小松菜 18 白菜 10 グルーブフルーツ 30			梨	梨 30					
	小松菜のすまし汁												
6 (金)	豚丼	米	70	豚肉 40	おかし 前田クラッカー 小麦× アンパンマンビーせんべい に変更 牛乳	21 (土)	おかかおにぎり	米	35	かつおぶし 0.5	玉ねぎ 15 人参 10 白菜 15 干ししいたけ 0.5	おかし 五穀ビスケット 小麦× アンパンマンビーせんべい に変更 牛乳	
	さつまいもの味噌汁	さつまいも 18		ほうれん草 38 人参 10			コロコロサラダ (卵不使用)	マヨネーズ 6	大根 30 人参 15 コーン 10 いんげん 10				
	じゃがいもの味噌汁		焼きちくわ 10	人参 10									
	バナナ			バナナ 40									
7 (土)	ご飯	米	70		おかし エースコイン 小麦× アンパンマンビーせんべい に変更 牛乳	24 (火)	ミートソースパゲティ	スパゲティ 120 小麦× →ビーファンに変更	合挽肉 (牛肉・豚肉) 40	玉ねぎ 30 人参 20 トマト缶 10 グリーンピース 8	麩のラスク 麩、上白糖、バター 小麦× 麩→高野豆腐に変更 牛乳		
	豆腐とひじきのつくね		鶏挽肉 40 豆腐 40	ひじき 1 人参 10			ブロッコリーのツナ和え	ツナ 5	ブロッコリー 40 人参 10				
	ブロッコリーのおかか和え		かつおぶし 0.5	ブロッコリー 40 人参 10			大根のスープ		大根 18 コーン 8				
	じゃがいもの味噌汁	じゃがいも 18	刻み揚げ 8	ねぎ 2			バナナ	バナナ 40					
9 (月)	ご飯	米	70		おかし たべっ子どうぶつ 小麦× 野菜家族に変更 牛乳	25 (水)	きのこご飯	米	70	刻み揚げ 8	しめじ 6 のき 8 干ししいたけ 1 人参 6	おかし エースコイン 小麦× おこさませんべいに変更 牛乳	
	すき焼き風煮	糸こんにゃく 5	豚肉 40 豆腐 30	玉ねぎ 25 人参 10 白菜 15 干ししいたけ 0.5			さわらの西京焼き	さわら 魚×→豚肉に変更	白菜 18 コーン 10 胡瓜 10				
	いんげんの胡麻和え		焼きちくわ 10	いんげん 25 人参 10			白菜の胡麻和え		白菜 18 コーン 10 胡瓜 10				
	大根の味噌汁		刻み揚げ 8	大根 20 ねぎ 2			玉ねぎのすまし汁 グルーブフルーツ	わかめ 0.2 グルーブフルーツ 30					
10 (火)	ロールパン	ロールパン 40 小麦× →ご飯に変更			コーンフレークおこし コーンフレーク、バター マシュマロ 牛乳	26 (木)	チンジャオロース	米	70	牛肉 50	玉ねぎ 25 人参 15 ピーマン 10 赤ピーマン 6 たけのこ 7	おかし ホームパイ 小麦× 小魚家族に変更 牛乳	
	タンドリーチキン	マヨネーズ 6 (卵不使用)	鶏肉 80				小松菜の和え物	小松菜 25 人参 10 キャベツ 25					
	マッシュポテト	じゃがいも 40		あおさ 0.1 ブロッコリー 35 人参 10 コーン 10			中華スープ	もやし 18 コーン 8					
	ブロッコリーの和え物			キャベツ 14 玉ねぎ 10			オレンジ	オレンジ 30					
11 (水)	塩ラーメン	ラーメン 120 (卵不使用) 小麦× →ビーファンに変更	豚肉 35	玉ねぎ 12 人参 8 もやし 10	きつねおにぎり 米、刻み揚げ、上白糖 しょうゆ、いりごま お茶	27 (金)	ご飯	米	70	鶏肉 80	人参 10 いんげん 5	フルーツヨーグルト ヨーグルト、みかん缶 上白糖、ストロベリーソース 乳× ゼリーに変更 お茶	
	さつまいもの甘煮	さつまいも 40		キャベツ 35 胡瓜 10 コーン 8			ひじきと大豆の煮物	ひじき 2 大豆 10 刻み揚げ 8					
	キャベツの和え物			バナナ 40			白菜のすまし汁 グルーブフルーツ	わかめ 0.2 グルーブフルーツ 30					
	バナナ												
12 (木)	ご飯	米	70		プリン 乳× プリンゼリーに変更 牛乳	28 (土)	鮭のマヨコーン焼き	マヨネーズ 6 (卵不使用)	鮭 60 魚×→鶏肉に変更	コーン 6	玉ねぎ 25 人参 15 チンゲン菜 10 白菜 10 干ししいたけ 0.5	おかし 前田クラッカー 小麦× 野菜家族に変更 牛乳	
	大根とちくわの煮物		焼きちくわ 10	大根 40 人参 10 グリーンピース 4			さつまいものサラダ	さつまいも 32 マヨネーズ 6 (卵不使用)	胡瓜 10 コーン 10				
	わかめのすまし汁		わかめ 0.4				わかめのスープ	わかめ 0.4	玉ねぎ 10				
	オレンジ			オレンジ 30									
13 (金)	ご飯	米	70		おかし マリービスケット 小麦× 野菜家族に変更 牛乳	30 (月)	豚肉の味噌炒め	米	70	豚肉 60 玉ねぎ 30 人参 10	人参 10 玉ねぎ 30 人参 10	おかし アンパンマン ソフトせんべい 牛乳	
	オクラとコーンの和え物			オクラ 30 コーン 10			胡瓜とわかめの酢の物	じゃがいも 18 刻み揚げ 5	胡瓜 40 ねぎ 2				
	豆腐のすまし汁		豆腐 22 わかめ 0.2				オレンジ	オレンジ 30					
	グルーブフルーツ			グルーブフルーツ 30									
14 (土)	そぼろ丼	米	70	鶏挽肉 45	おかし ホームパイ 小麦× 小魚家族に変更 牛乳		規則正しい生活を送ろう！ 						
	春雨のマヨネーズ和え	春雨 6 マヨネーズ 5 (卵不使用)		玉ねぎ 20 人参 15 コーン 15 いんげん 10									
	ほうれん草の味噌汁		刻み揚げ 6	ほうれん草 18									

☆乳児は10時におやつがあります。

☆食材の価格や入荷状況、行事などにより記載の量と差が生じたり、食材や献立変更になる場合があることをご了承ください。

☆材料（食品名）の中には、調味料は記載していません。