

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		
1 (金)	牛丼	米 70 糸こんにゃく 10	牛肉 40	玉ねぎ 30 人参 15 干しいたけ 1	おかし 五穀ビスケット 小麦× 小魚家族に変更	16 (土)	鶏ごぼうピラフ	米 70	鶏肉 50	ごぼう 15 玉ねぎ 20 人参 6 いんげん 6	おかし 五穀ビスケット 小麦× 小魚家族に変更	
	ほうれん草のえのき和え			ほうれん草 38 人参 10 えのき 10			春雨のマヨネーズ和え	春雨 6 マヨネーズ 6 (卵不使用)	人参 10 胡瓜 10	牛乳		
	じゃがいもの味噌汁	じゃがいも 18	刻み揚げ 8	青ねぎ 2			キャベツのスープ		キャベツ 14 コーン 8			
	バナナ			バナナ 40								
2 (土)	ご飯	米 70			おかし 前田クラッカー 小麦× アンパンマンペーゼんべい に変更	18 (日)	ご飯	米 70			おかし ホームバイ 小麦× 野菜家族に変更	
	豆腐とひじきのつくね		鶏挽肉 40 豆腐 40 ひじき 1	玉ねぎ 15 人参 10			金平風煮	じゃがいも 35 こんにゃく 10	人参 10 ごぼう 10 グリーンピース 5	牛乳		
	ポテトサラダ	じゃがいも 30 マヨネーズ 6 (卵不使用)		胡瓜 10 コーン 6			オクラとコーンの和え物		オクラ 30 コーン 10			
小松菜の味噌汁		刻み揚げ 18	小松菜 18			ほうれん草 18 玉ねぎ 8 オレンジ 30						
5 (火)	ご飯	米 70			おかし マリービスケット 小麦× 野菜家族に変更	19 (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	
	鮭のマヨコーン焼き	マヨネーズ 6 (卵不使用)	鮭 60 切干大根 8	コーン 6 切干大根 3.5 人参 10 干しいたけ 0.5 いんげん 5			たらのから揚げ	たら 60 たら×鶏肉に変更	小松菜 25 キャベツ 10 人参 25	牛乳		
	切り干し大根の煮物	じゃがいも 30 マヨネーズ 6 (卵不使用)	刻み揚げ 8	豆腐 17 ほうれん草 17 オレンジ 30			小松菜の和え物		玉ねぎ 8			
	ほうれん草の味噌汁						豆腐のすまし汁		豆腐 22 玉ねぎ 8			
6 (水)	ご飯	米 70			フルーチェ (いちご) フルーチェ、牛乳 乳× ゼリーに変更	20 (水)	おかかふりかけご飯	米 70	おかかふりかけ 1		おかし アンパンマン ソフトせんべい	
	鶏肉のごまみそ焼き		鶏肉 80	玉ねぎ 20 いんげん 2.3 白菜 18 小松菜 10 グレープフルーツ 30			豚肉の味噌炒め		玉ねぎ 20 人参 8 キャベツ 15 もやし 15	牛乳		
	ジャーマンポテト	じゃがいも 40	ウィンナー (卵不使用)				ひじきのマヨサラダ	マヨネーズ 6 (卵不使用)	ひじき 2.5 焼きちくわ 4 人参 10 コーン 8 いんげん 8			
	白菜のスープ						わかめのすまし汁		わかめ 0.3 玉ねぎ 8			
グレープフルーツ				わかめ 0.3		玉ねぎ 8						
7 (木)	わかめおにぎり	米 35	わかめ 0.3		シュガーパイ パイシート(卵不使用) グラニュー糖 小麦× コンフレク、マシュマロ に変更	21 (木)	ミートソーススパゲティ	スパゲティ 120 小麦× ビーフンに変更	合挽 (牛肉・豚肉) 40	玉ねぎ 30 人参 20 グリーンピース 8 トマト缶 10	ツナサンド (卵不使用) 食パン、玉ねぎ、胡瓜 マヨネーズ(卵不使用) 食パン、じゃがいも に変更	
	肉うどん	うどん 120 小麦× ビーフンに変更	豚肉 35	玉ねぎ 15 人参 8 ほうれん草 10 干しいたけ 0.5 バナナ 40			白菜サラダ		白菜 40 人参 10 コーン 8	牛乳		
	炒り豆腐		豆腐 40 鶏挽肉 10				大根のスープ		大根 18 玉ねぎ 10 バナナ 40			
	バナナ						バナナ					
8 (金)	ご飯	米 70			おかし たべっ子どうぶつ 小麦× アンパンマンペーゼんべい に変更	22 (金)	中華丼	米 70	豚肉 43	玉ねぎ 25 人参 15 チンゲン菜 10 白菜 10 干しいたけ 0.5	麺のラスク 麺、上白糖、バター 小麦× 麺-高野豆腐に変更	
	豚肉の甘辛炒め	じゃがいも 25	豚肉 45	玉ねぎ 20 人参 10 キャベツ 20 いんげん 6			春雨の中華和え	春雨 6	人参 10 胡瓜 10	牛乳		
	ブロッコリーの胡麻和え		鶏ささみ 8	フロコリー 35 人参 10 大根 18			もやしのスープ		もやし 18 コーン 10 オレンジ 30			
	大根のすまし汁		わかめ 0.2	グレープフルーツ 30			オレンジ					
グレープフルーツ												
9 (土)	ご飯	米 70			おかし ホームバイ 小麦× 野菜家族に変更	25 (土)	ご飯	米 70			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	
	そばろ丼	米 70	鶏挽肉 42	玉ねぎ 20 人参 15 コーン 15 いんげん 10 かぼちゃ 55 青ねぎ 2			豚肉の生姜炒め		豚肉 60 人参 10 胡瓜 40	牛乳		
	かぼちゃの煮物		豆腐 20 刻み揚げ 8				胡瓜とわかめの酢の物		胡瓜 10 玉ねぎ 10 青ねぎ 2			
豆腐の味噌汁				さつまいもの味噌汁	さつまいも 18							
11 (月)	ご飯	米 70			ポテトフライ (あおさ) じゃがいも、塩 あおさ、揚げ油	26 (火)	しょうゆラーメン	ラーメン 120 (卵不使用) 小麦× ビーフンに変更	豚肉 33	玉ねぎ 10 人参 8 もやし 8 キャベツ 10	ぎつねおにぎり 米、刻み揚げ 上白糖、しょうゆ 和風だし、いりごま	
	カレーの煮つけ		カレー カレー×豚肉に変更	鶏ささみ 10			大根サラダ		大根 40 コーン 10 胡瓜 10	お茶		
	ほうれん草の炒め物			豚肉 10			高野豆腐の煮物	高野豆腐 6	人参 10 いんげん 5 バナナ 40			
豚汁												
12 (火)	ロールパン (卵不使用)	ロールパン 40 小麦× ーご飯に変更			コーンフレックおこし コーンフレック バター、マシュマロ	27 (水)	ご飯	米 70			おかし たべっ子どうぶつ 小麦× アンパンマンペーゼんべい に変更	
	タンドリーチキン	マヨネーズ 4.8 (卵不使用)	鶏肉 80				鶏肉のケチャップ煮	じゃがいも 25	鶏肉 50	玉ねぎ 25 人参 10 しめじ 10		牛乳
	マッシュポテト	じゃがいも 40		あおさ 0.1			切干大根のツナ和え		ツナ 4.7 切干大根 3.5 胡瓜 10 人参 10			
	ブロッコリーの和え物			ブロッコリー 30 コーン 10 人参 10			キャベツのスープ		キャベツ 14 コーン 8			
キャベツのスープ							オレンジ 30					
ヤクルト			ヤクルト 65									
13 (水)	ご飯	米 70			おかし エースコイン 小麦× アンパンマンペーゼんべい に変更	28 (木)	ご飯	米 70			いももち じゃがいも、片栗粉 しょう油、上白糖、みりん	
	厚揚げのそばろ煮		納厚揚げ 35 豚挽肉 35	玉ねぎ 30 人参 10 グリーンピース 5			さわらの生煮焼き	さわら 60 さわら×豚肉に変更		牛乳		
	ごぼうサラダ	マヨネーズ 5 (卵不使用)		ごぼう 30 胡瓜 10 コーン 10			ひじきと大豆の煮物	ひじき 2 大豆 10 刻み揚げ 8	人参 10 いんげん 5			
	小松菜の味噌汁			小松菜 18 玉ねぎ 10 オレンジ 30			大根のすまし汁		大根 18 白菜 10 グレープフルーツ 30			
オレンジ												
14 (木)	塩ラーメン (卵不使用) 小麦× ービーフンに変更	ラーメン 120	鶏肉 40	玉ねぎ 12 人参 8 もやし 10 コーン 8	鶏をばろおにぎり 米、鶏挽肉 しょうゆ、上白糖	29 (金)	チキンカレー	米 70 じゃがいも 12	鶏肉 35	玉ねぎ 20 人参 10 かぼちゃ 12 ブロッコリー 40	おかし アンパンマン ソフトせんべい	
	キャベツのツナ和え		ツナ 6	キャベツ 35 胡瓜 10 人参 10			かつおぶし	かつおぶし 0.5	ブロッコリー 10 人参 10	牛乳		
	さつまいもの甘煮	さつまいも 40					ワインナー	ワインナー 15 (卵不使用)	オレンジ 30			
	バナナ			バナナ 40			オレンジ					
15 (金)	ご飯	米 70			おかし 前田クラッカー 小麦× おこさませんべいに変更	30 (土)	ご飯	米 70			おかし マリービスケット 小麦× 小魚家族に変更	
	フルコギ	糸こんにゃく 10	牛肉 45	玉ねぎ 25 人参 10 ピーマン 10 赤ピーマン 8			肉じゃが	じゃがいも 35 糸こんにゃく 10	豚肉 50	玉ねぎ 20 人参 10 グリーンピース 5		牛乳
	いんげんのおかか和え		焼きちくわ 10 かつおぶし 0.5	いんげん 25 人参 10 大根 18 コーン 8			キャベツの和え物		焼きちくわ 8 キャベツ 35 コーン 8			
	大根のスープ						豆腐の味噌汁		豆腐 22 わかめ 0.2			
グレープフルーツ												

☆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。

