

日曜	献立名	献立材料名			おやつ	
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	体の調子を整える食品	午後	材料名
1水	鮭の混ぜ寿司 南瓜の甘辛炒め 玉ねぎのスープ	米 三温糖 油	生さけ 魚肉ソーセージ	きゅうり コーン缶 焼きのり 南瓜 ビーマン 玉ねぎ えのき草 小松菜	牛乳 こいのぼりクッキー	牛乳(飲料用) 小麦粉 バター グラニュー糖
2木	親子卵とじ えのきのみそ汁 ごはん	油 三温糖 じゃが芋 米	卵 鶏肉 赤みそ	玉ねぎ 人参 小松菜 えのき草 ねぎ キャベツ	牛乳 お好みマカロニ	牛乳(飲料用) マカロニ 花かつお ソース マヨドレ あおさ粉
3金						
4土						
5日						
6月						
7火	ツナカレー キャベツのマリネ ヨーグルト	カレールウ 米 じゃが芋 油 三温糖 オリーブ油	ツナ缶 ヨーグルト	人参 玉ねぎ キャベツ コーン缶	牛乳 オレンジジャムサンド	牛乳(飲料用) コーンスターチ 食パン グラニュー糖 100%オレンジジュース
8水	豆腐そぼろ丼 切干大根のみそ汁 りんごゼリー	油 米 グラニュー糖	豆腐 油揚 豚挽肉 合わせ味噌	ごぼう 人参 ねぎ えのき草 あさつき 切干大根 アガー	牛乳 南瓜きなこ	牛乳(飲料用) 南瓜 油 きな粉 三温糖
9木	ローストチキントマト風味 マカロニサラダ キャベツの中華スープ 豆乳ロールパン	油 三温糖 マカロニ マヨネーズ 豆乳ロールパン	鶏もも肉	おろしにんにく おろししょうが 玉ねぎ 人参 きゅうり もやし キャベツ 生わかめ	牛乳 しらすチャーハン	牛乳(飲料用) しらす干し ごま油 塩 しょうゆ 米 小松菜 かにかまぼこ
10金	鯖のごまみそ焼き 人参ナムル 小松菜のスープ ごはん	いりごま 三温糖 米	さわら 合わせ味噌	人参 もやし コーン缶 えのき草 小松菜 玉ねぎ	牛乳 マーブルケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー 純ココア グラニュー糖 油 調整豆乳
11土	豚丼 もやしの中華スープ オレンジ	三温糖 米 しらたき	豚肉 (もも) 豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ もやし あさつき オレンジ	牛乳 ジャムサンド	牛乳(飲料用) 食パン いちごジャム
12日						
13月	チャプチェ わかめスープ ごはん オレンジ	春雨 ごま油 米	豚肉 (もも)	玉ねぎ 人参 たら おろしにんにく エリンギ 白菜 生わかめ もやし えのき草 オレンジ	牛乳 さつまいもボール	牛乳(飲料用) さつまいも バター グラニュー糖 小麦粉 水 ベーキングパウダー
14火	メカジキのゆかり揚げ ほうれん草のあえもの 豆腐のみそ汁 ごはん	小麦粉 油 三温糖 米	メカジキ 合わせ味噌 豆腐	しそ粉 ほうれん草 もやし 人参 玉ねぎ えのき草	牛乳 フルーツゼリー	牛乳(飲料用) 100%りんごジュース 水 アガー バイナッフル みかん缶 グラニュー糖
15水	鮭の混ぜ寿司 南瓜の甘辛炒め 玉ねぎのスープ	三温糖 米 油	生さけ	きゅうり コーン缶 ひじき 南瓜 ビーマン 玉ねぎ えのき草 小松菜	牛乳 クッキー	牛乳(飲料用) 小麦粉 バター グラニュー糖
16木	肉じゃが わかめのみそ汁 ごはん バナナ	じゃが芋 しらたき 三温糖 米	豚肉 (もも) 赤みそ	人参 玉ねぎ さやいんげん もやし ねぎ キャベツ 大根 バナナ	牛乳 お好みマカロニ	牛乳(飲料用) マカロニ 花かつお ソース マヨドレ あおさ粉
17金	ビーフンスープ ブロッコリーのごまあえ ミルクロールパン	ビーフン すりごま 三温糖 ミルクロールパン	鶏肉	人参 玉ねぎ しめじ キャベツ ブロッコリー コーン缶 もやし	牛乳 梅しそおにぎり	牛乳(飲料用) 米 みりん しょうゆ 梅干 大葉
18土	五目焼きそば コーンスープ	焼きそば 油	豚肉 (もも) 豆腐	人参 玉ねぎ キャベツ もやし あおさ粉 クリームコーン缶 あさつき	牛乳 ツナおかかおにぎり	牛乳(飲料用) 米 ツナ缶 三温糖 しょうゆ 花かつお おにぎり用のり
19日						
20月	鶏つくね 人参しりしり ポテトスープ ごはん	片栗粉 三温糖 ごま油 じゃが芋 米	鶏ももひき肉 豆腐 ツナ缶	玉ねぎ 人参 もやし チンゲン菜 えのき草	牛乳 ウインナーピラフ	牛乳(飲料用) 玉ねぎ 人参 コンソメ 塩 米 オリーブ油 ウインナー ウインナー (無着色)
21火	親子卵とじ えのきのみそ汁 ごはん	油 三温糖 じゃが芋 米	卵 鶏肉 赤みそ	玉ねぎ 人参 小松菜 えのき草 ねぎ キャベツ	牛乳 手づくり白パン	牛乳(飲料用) 強力粉 グラニュー糖 塩 ドライイースト オリーブ油 無調整豆乳
22水	豆乳カレースープ チンゲン菜のソテー 豆乳ロールパン バイナッフル	じゃが芋 油 豆乳ロールパン	無調整豆乳 焼ちくわ	キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 もやし しめじ バイナッフル	牛乳 しらすチャーハン	牛乳(飲料用) しらす干し ごま油 塩 しょうゆ 米 小松菜 かにかまぼこ
23木	ローストチキントマト風味 マカロニサラダ キャベツの中華スープ ごはん	油 三温糖 マカロニ マヨネーズ 米	鶏もも肉	おろしにんにく おろししょうが 玉ねぎ 人参 きゅうり もやし キャベツ 生わかめ	牛乳 南瓜きなこ	牛乳(飲料用) 南瓜 油 きな粉 三温糖
24金	鯖のごまみそ焼き 人参ナムル 小松菜のスープ ごはん	いりごま 三温糖 米	さわら 合わせ味噌	人参 もやし コーン缶 えのき草 小松菜 玉ねぎ	牛乳 マーブルケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー 純ココア グラニュー糖 油 調整豆乳
25土	豚丼 もやしの中華スープ オレンジ	三温糖 米 しらたき	豚肉 (もも) 豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ もやし あさつき オレンジ	牛乳 ジャムサンド	牛乳(飲料用) 食パン いちごジャム
26日						
27月	チャプチェ わかめスープ ごはん バナナ	春雨 ごま油 米	豚肉 (もも)	玉ねぎ 人参 たら おろしにんにく エリンギ 白菜 生わかめ もやし えのき草 バナナ	牛乳 さつまいもボール	牛乳(飲料用) さつまいも バター グラニュー糖 小麦粉 水 ベーキングパウダー
28火	メカジキの煮付け ほうれん草のあえもの 豆腐のみそ汁 ごはん	三温糖 米	メカジキ 合わせ味噌 豆腐	おろししょうが ほうれん草 もやし 人参 玉ねぎ えのき草	牛乳 フルーツゼリー	牛乳(飲料用) 100%りんごジュース 水 アガー さとう バイナッフル みかん缶
29水	鶏のから揚げ きゅうりのサラダ スマイルポテト ほうれん草のすまし汁 菜めしごはん オレンジ	片栗粉 油 すりごま ごま油 三温糖 スマイルポテト 米	鶏もも肉	おろししょうが おろしにんにく 人参 きゅうり もやし 玉ねぎ えのき草 ほうれん草 菜めし粉 オレンジ	牛乳 みそラーメン	牛乳(飲料用) 豚肉 (もも) もやし コーン缶 おろしにんにく だし しょうゆの煮 しょうゆ 合わせ味噌 すりごま ごま油 三温糖 中華種 (乾)
30木	豆腐そぼろ丼 切干大根のみそ汁 りんごゼリー	油 米 グラニュー糖	豆腐 油揚 豚挽肉 合わせ味噌	ごぼう 人参 ねぎ えのき草 あさつき 切干大根 アガー	牛乳 トマトチーズトースト	牛乳(飲料用) 食パン トマト缶 ビザ用チーズ ケチャップ
31金	ビーフンスープ ブロッコリーのごまあえ ミルクロールパン	ビーフン すりごま 三温糖 ミルクロールパン	鶏肉	人参 玉ねぎ しめじ キャベツ ブロッコリー コーン缶 もやし	牛乳 梅しそおにぎり	牛乳(飲料用) 米 みりん しょうゆ 梅干 大葉

\*都合により献立が変更になる場合があります。  
 \*ノア組・ミカ組・マリヤ組は上記の他に午前の補食があります。  
 \*1日は端午の節句献立です。