

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 火	鮭の西京焼き 豆腐のひじきそぼろ 白菜のすまし汁 ごはん	三温糖 サラダ油 米	生鮭 西京みそ 豆腐 しょうゆ うすくちしょうゆ 白しょうゆ	ひじき ほうれん草 白菜 玉ねぎ 人参	トマチートースト	サンドイッチ用食パン ピザ用チーズ トマトピューレ ケチャップ
2 水	きのこのハンバーグ キャベツの塩昆布あえ お麩のみそ汁 ゆかりごはん	片栗粉 三温糖 小玉麩 米	豚ひき肉 豆腐 しょうゆ 合わせみそ	玉ねぎ ケチャップ エリンギ しめじ 塩昆布 人参 きゅうり もやし キャベツ あさつき しそ粉	いちごのマールクッキー	小麦粉 牛乳 バター グラニュー糖 いちご
3 木	ウインナーポトフ マカロニナポリタン 豆乳パン	じゃが芋 オリーブ油 マカロニ 三温糖 サラダ油 豆乳パン	ウインナー (無着色) うすくちしょうゆ しょうゆ ベーコン	キャベツ 人参 玉ねぎ しめじ ビーマン ケチャップ	青菜の肉みそむすび	米 鶏ももひき肉 みりん 赤みそ サラダ油 三温糖 小松菜
4 金	厚揚げの和風カレーあんかけ ブロッコリーのスープ ごはん	サラダ油 片栗粉 三温糖 オリーブ油 米	生揚 豚肉 しょうゆ ベーコン	人参 ねぎ 玉ねぎ ブロッコリー にんにく	かぼちゃのパンケーキ	南瓜 バター 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖
5 土	ぎょうざ丼 ワンタンスープ	片栗粉 ごま油 米 ワンタンの皮 いりごま	しょうゆ 豚ひき肉 うすくちしょうゆ	玉ねぎ にら にんにく キャベツ しょうが チューブ ねぎ チンゲン菜 人参	菓子	菓子
6 日						
7 月	メカジキの竜田揚げ ほうれん草のごまあえ わかめのみそ汁 ごはん	サラダ油 片栗粉 すりごま 三温糖 米	メカジキ しょうゆ 豆腐 赤味噌	しょうが チューブ にんにく ほうれん草 人参 もやし えのき草 玉ねぎ 乾燥わかめ	マカロニきな粉	マカロニ さとう きな粉 塩
8 火	豚の生姜焼き キャベツとしらすのソテー さつまいものみそ汁 ごはん	三温糖 サラダ油 さつまい 米	豚肉 しょうゆ しらす干し うすくちしょうゆ 白みそ	玉ねぎ しょうが チューブ キャベツ 人参 大根 あさつき	焼きポテト	じゃが芋 サラダ油 塩 青のり
9 水	チキンカレーライス コールスローサラダ パナナ	小麦粉 サラダ油 バター 黒砂糖 米 マヨドレ 三温糖	鶏肉	人参 玉ねぎ トマト 缶 しめじ しょうが チューブ にんにく キャベツ コーン 缶 きゅうり パナナ	ぶどうゼリー 菓子	100%ぶどうジュース アガー グラニュー糖 菓子
10 木	塩マーボー豆腐 春雨スープ ごはん	ごま油 片栗粉 春雨 米	豆腐 豚ひき肉 うすくちしょうゆ ベーコン	ねぎ 人参 しめじ 玉ねぎ しょうが チューブ にんにく レタス	シュガーラスク	バター グラニュー糖 食パン
11 金	ポロネーゼ ジュリアンスープ でこぼん	スパゲッティ 三温糖 バター	豚ひき肉 粉チーズ しょうゆ うすくちしょうゆ	玉ねぎ しめじ トマト 缶 ケチャップ 人参 にんにく キャベツ でこぼん	焼きおにぎり	米 しょうゆ みりん ごま油
12 土	チャーハン わかめスープ	米 サラダ油 いりごま	ウインナー うすくちしょうゆ	玉ねぎ キャベツ コーン 缶 人参 乾燥わかめ えのき草	菓子	菓子
13 日						
14 月	高野豆腐のそぼろ丼 ごぼうのみそ汁 ヨーグルト	サラダ油 三温糖 米	高野豆腐 鶏ももひき肉 しょうゆ 合わせみそ ヨーグルト	人参 ねぎ しめじ ごぼう 大根 チンゲン菜	大学芋	さつまい しょうゆ サラダ油 三温糖 片栗粉
15 火	タンドリーチキン チョレギ風サラダ かぼちゃの豆乳スープ ごはん	サラダ油 マヨドレ ごま油 三温糖 いりごま 米	鶏肉 しょうゆ プレーンヨーグルト ベーコン 無調製豆乳	にんにく ケチャップ 玉ねぎ 人参 きゅうり 刻みのり レタス もやし しょうが チューブ 南瓜	きな粉蒸しパン	ベーキングパウダー 小麦粉 きな粉 グラニュー糖 牛乳 塩
16 水	鮭の西京焼き 豆腐のひじきそぼろ 白菜のすまし汁 ごはん	三温糖 サラダ油 米	生鮭 西京みそ 豆腐 しょうゆ うすくちしょうゆ 白しょうゆ	ひじき ほうれん草 白菜 玉ねぎ 人参	トマチートースト	サンドイッチ用食パン ピザ用チーズ トマトピューレ ケチャップ
17 木	ウインナーポトフ マカロニナポリタン 豆乳パン	じゃが芋 オリーブ油 マカロニ 三温糖 サラダ油 豆乳パン	ウインナー (無着色) うすくちしょうゆ しょうゆ ベーコン	キャベツ 人参 玉ねぎ しめじ ビーマン ケチャップ	青菜の肉みそむすび	米 鶏ももひき肉 みりん 赤みそ サラダ油 三温糖 小松菜
18 金	厚揚げの和風カレーあんかけ ブロッコリーのスープ ごはん	サラダ油 片栗粉 三温糖 オリーブ油 米	生揚 豚肉 しょうゆ ベーコン	人参 ねぎ 玉ねぎ ブロッコリー にんにく	かぼちゃのパンケーキ	南瓜 バター 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖
19 土	ぎょうざ丼 ワンタンスープ	片栗粉 ごま油 米 ワンタンの皮 いりごま	しょうゆ 豚ひき肉 うすくちしょうゆ	玉ねぎ にら にんにく キャベツ しょうが チューブ ねぎ チンゲン菜 人参	菓子	菓子
20 日						
21 月	豚の生姜焼き キャベツとしらすのソテー さつまいものみそ汁 ごはん	三温糖 サラダ油 さつまい 米	豚肉 しょうゆ しらす干し うすくちしょうゆ 白みそ	玉ねぎ しょうが チューブ キャベツ 人参 大根 あさつき	焼きポテト	じゃが芋 サラダ油 塩 青のり
22 火	チキンカレーライス コールスローサラダ パナナ	小麦粉 サラダ油 バター 黒砂糖 米 マヨドレ 三温糖	鶏肉	人参 玉ねぎ トマト 缶 しめじ しょうが チューブ にんにく キャベツ コーン 缶 きゅうり パナナ	ぶどうゼリー 菓子	100%ぶどうジュース アガー グラニュー糖 菓子
23 水	メカジキの竜田揚げ ほうれん草のごまあえ わかめのみそ汁 ごはん	サラダ油 片栗粉 すりごま 三温糖 米	メカジキ しょうゆ 豆腐 赤味噌	しょうが チューブ にんにく ほうれん草 人参 もやし えのき草 玉ねぎ 乾燥わかめ	マカロニきな粉	マカロニ さとう きな粉 塩
24 木	ポロネーゼ ジュリアンスープ でこぼん	スパゲッティ 三温糖 バター	豚ひき肉 粉チーズ しょうゆ うすくちしょうゆ	玉ねぎ しめじ トマト 缶 ケチャップ 人参 にんにく キャベツ でこぼん	焼きおにぎり	米 しょうゆ みりん ごま油
25 金	塩マーボー豆腐 春雨スープ ごはん	ごま油 片栗粉 春雨 米	豆腐 豚ひき肉 うすくちしょうゆ ベーコン	ねぎ 人参 しめじ 玉ねぎ しょうが チューブ にんにく レタス	シュガーラスク	バター グラニュー糖 食パン
26 土	チャーハン わかめスープ	米 サラダ油 いりごま	ウインナー うすくちしょうゆ	玉ねぎ キャベツ コーン 缶 人参 乾燥わかめ えのき草	菓子	菓子
27 日						
28 月	高野豆腐のそぼろ丼 ごぼうのみそ汁 ヨーグルト	サラダ油 三温糖 米	高野豆腐 鶏ももひき肉 しょうゆ 合わせみそ ヨーグルト	人参 ねぎ しめじ ごぼう 大根 チンゲン菜	大学芋	さつまい しょうゆ サラダ油 三温糖 片栗粉
29 火						
30 水	タンドリーチキン チョレギ風サラダ かぼちゃの豆乳スープ ごはん	サラダ油 マヨドレ ごま油 三温糖 いりごま 米	鶏肉 しょうゆ プレーンヨーグルト ベーコン 無調製豆乳	にんにく ケチャップ 玉ねぎ 人参 きゅうり 刻みのり レタス もやし しょうが チューブ 南瓜	きな粉蒸しパン	ベーキングパウダー 小麦粉 きな粉 グラニュー糖 牛乳 塩

*2歳児クラスまでは午前におやつがつきます。*午前・午後おやつに牛乳がつきます。*都合により変更になることがあります。*2日はお誕生会メニューです。