

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	鮭の混ぜ寿司 もやしのごまあえ大根のすまし汁	米 すりごま 三温糖 バター 強力粉	サケフレーク しょうゆ 白しょうゆ 豆腐 牛乳(飲料用) 粉チーズ 牛乳	きゅうり しめじ コーン 人参 もやし キャベツ 小松菜 大根 えのき茸	牛乳 チーズスコーン	牛乳(飲料用) 粉チーズ バター 強力粉 ベーキングパウダー 牛乳
2水	マーボー豆腐 わかめスープ ごはん	ごま油 片栗粉 三温糖 油 いりごま 米	豆腐 豚挽肉 しょうゆ 赤みそ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	人参 しめじ 玉ねぎ 卸ししょうが チンゲン菜 もやし えのき茸 乾燥わかめ デコボン	牛乳 デコボン クラッカー	牛乳(飲料用) デコボン クラッカー
3木	メカジキの煮付 切干大根の煮物 キャベツのみそ汁 ごはん	三温糖 米	メカジキ しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用)	卸ししょうが 人参 小松菜 切干大根 まいたけ キャベツ えのき茸 玉ねぎ	牛乳 菓子ゼリー	牛乳(飲料用) 菓子ゼリー
4金	チキントマト煮込み 白菜のスープ パナナ ミルクロールパン	油 ミルクロール 米	鶏肉 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	トマト缶 玉ねぎ ブロッコリー まいたけ 南瓜 人参 クチャップ 白菜 あさつき えのき茸 パナナ 菜めし粉	牛乳 菜めしおにぎり	牛乳(飲料用) 米 菜めし粉
5土	チキンピラフ もやしのスープ	米 オリーブオイル ホットケーキミックス バター	鶏肉 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	玉ねぎ 人参 コーン 缶 乾燥パセリ もやし えのき茸 水菜	牛乳 しろくまちゃんのホットケーキ	牛乳(飲料用) ホットケーキミックス 牛乳 バター
6日						
7月	ツナとじゃがいもの煮物 春雨のあえもの ごはん	じゃが芋 みりん 三温糖 春雨 米 米 ごま油 三温糖	しょうゆ ツナ缶 しょうゆ 牛乳(飲料用) しょうゆ 花かつお	人参 玉ねぎ しめじ コーン 缶 もやし 小松菜 人参	牛乳 人参ごはん	牛乳(飲料用) 米 人参 しょうゆ ごま油 三温糖 花かつお スープの素
8火	五目ごはん ポテトサラダ 玉ねぎのスープ 一口ゼリー	みりん 米 三温糖 マヨネーズ じゃが芋 小麦粉 バター グラニュー糖	鶏肉 油揚 しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	人参 ごぼう しめじ コーン 缶 きゅうり 玉ねぎ えのき茸 あさつき パナナ	牛乳 パナナケーキ	牛乳(飲料用) パナナ ベーキングパウダー 小麦粉 バター グラニュー糖 牛乳
9水	とんちゃん焼き ブロッコリーのあえもの 白菜のコンソープ ごはん	いりごま 油 みりん 三温糖 米 食パン バター グラニュー糖	豚肉 しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 卸しにんにく ブロッコリー もやし キャベツ 白菜 クリームコーン 缶 えのき茸	牛乳 シュガーラスク	牛乳(飲料用) 食パン バター グラニュー糖
10木	鮭のみりん焼き マカロニソテー わかめのみそ汁 ごはん	片栗粉 みりん マカロニ 油 三温糖 米 じゃが芋 三温糖	生鮭 薄口しょうゆ ツナ缶 しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用) 赤みそ	人参 ピーマン もやし えのき茸 乾燥わかめ	牛乳 じゃがいも田楽	牛乳(飲料用) じゃが芋 赤みそ 三温糖
11金	クリームシチュー 人参とツナのサラダ 豆乳パン	じゃが芋 油 小麦粉 三温糖 オリーブオイル 豆乳パン 米 油	鶏肉 牛乳 ツナ缶 牛乳(飲料用) 納豆 しょうゆ	玉ねぎ しめじ キャベツ コーン 缶 人参 もやし 水菜 あさつき	牛乳 納豆ごはん	牛乳(飲料用) 米 油 納豆 しょうゆ あさつき
12土	あんかけうどん ツナソテー	干めん 片栗粉 みりん 油 小麦粉 バター グラニュー糖	しょうゆ 鶏肉 ツナ缶 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 人参 キャベツ	牛乳 クッキー	牛乳(飲料用) 小麦粉 バター グラニュー糖
13日						
14月	豚汁 わかめの酢の物 ごはん	三温糖 米 マカロニ 三温糖	豚肉 豆腐 赤みそ 油揚 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) きな粉	大根 人参 玉ねぎ まいたけ きゅうり もやし 乾燥わかめ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(飲料用) マカロニ きな粉 三温糖
15火	マーボー豆腐 わかめスープ ごはん	ごま油 片栗粉 三温糖 油 いりごま 米	豆腐 豚挽肉 赤みそ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	人参 しめじ 玉ねぎ 卸ししょうが チンゲン菜 もやし えのき茸 乾燥わかめ オレンジ	牛乳 オレンジ クラッカー	牛乳(飲料用) オレンジ クラッカー
16水	メカジキの煮付 切干大根の煮物 キャベツのみそ汁 ごはん	三温糖 米 食パン コーンスターチ グラニュー糖	メカジキ しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用)	卸ししょうが 人参 小松菜 切干大根 まいたけ キャベツ えのき茸 玉ねぎ 100%りんごジュース	牛乳 りんごクリームサンド	牛乳(飲料用) 食パン コーンスターチ グラニュー糖 100%りんごジュース
17木	豚肉ちらし寿司 もやしとキャベツのごまあえ大根のすまし汁	米 三温糖 すりごま グラニュー糖	しょうゆ 豚挽肉 しょうゆ 白しょうゆ 豆腐 牛乳(飲料用)	人参 きゅうり コーン 缶 もやし キャベツ 小松菜 大根 えのき茸 みかん 缶 アガー 100%りんごジュース りんご	牛乳 フルーツゼリー	牛乳(飲料用) みかん 缶 アガー 水 100%りんごジュース グラニュー糖 りんご
18金	チキントマト煮込み 白菜のスープ パナナ クロロールパン	油 クロロールパン 米	鶏肉 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	トマト缶 玉ねぎ ブロッコリー まいたけ 南瓜 人参 クチャップ 白菜 あさつき えのき茸 パナナ 菜めし粉	牛乳 菜めしおにぎり	牛乳(飲料用) 米 菜めし粉
19土	チキンピラフ もやしのスープ	米 オリーブオイル	鶏肉 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 人参 コーン 缶 乾燥パセリ もやし えのき茸 水菜	牛乳 菓子ゼリー	牛乳(飲料用) 菓子ゼリー
20日						
21月	ツナとじゃがいもの煮物 春雨のあえもの ごはん	じゃが芋 みりん 三温糖 春雨 米 米 ごま油 三温糖	しょうゆ ツナ缶 しょうゆ 牛乳(飲料用) しょうゆ	人参 玉ねぎ しめじ コーン 缶 もやし 小松菜 人参	牛乳 人参ごはん	牛乳(飲料用) 米 人参 しょうゆ ごま油 三温糖 スープの素
22火	五目ごはん ポテトサラダ 玉ねぎのスープ 一口ゼリー	みりん 米 三温糖 マヨネーズ じゃが芋 小麦粉 バター グラニュー糖	鶏肉 油揚 しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	人参 ごぼう しめじ コーン 缶 きゅうり 玉ねぎ えのき茸 あさつき パナナ	牛乳 パナナケーキ	牛乳(飲料用) パナナ ベーキングパウダー 小麦粉 バター グラニュー糖 牛乳
23水	とんちゃん焼き ブロッコリーのあえもの 白菜のコンソープ ごはん	いりごま 油 みりん 三温糖 米 食パン いちごジャム	豚肉 しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 卸しにんにく ブロッコリー もやし キャベツ 白菜 クリームコーン 缶 えのき茸	牛乳 うさぎジャムサンド	牛乳(飲料用) 食パン いちごジャム
24木	鮭のみりん焼き マカロニソテー わかめのみそ汁 ごはん	片栗粉 みりん マカロニ 油 三温糖 米 じゃが芋 三温糖	生鮭 薄口しょうゆ ツナ缶 しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用) 赤みそ	人参 ピーマン もやし えのき茸 乾燥わかめ	牛乳 じゃがいも田楽	牛乳(飲料用) じゃが芋 赤みそ 三温糖
25金	クリームシチュー 人参とツナのサラダ 豆乳パン	じゃが芋 油 小麦粉 三温糖 オリーブオイル 豆乳パン 米 油	鶏肉 牛乳 ツナ缶 牛乳(飲料用) 納豆 しょうゆ	玉ねぎ しめじ キャベツ コーン 缶 人参 もやし 水菜 あさつき	牛乳 納豆ごはん	牛乳(飲料用) 米 油 納豆 しょうゆ あさつき
26土	あんかけうどん ツナソテー	干めん 片栗粉 みりん 油 小麦粉 バター グラニュー糖	しょうゆ 鶏肉 ツナ缶 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 人参 キャベツ	牛乳 クッキー	牛乳(飲料用) 小麦粉 バター グラニュー糖
27日						
28月	豚汁 わかめの酢の物 ごはん	三温糖 米 マカロニ 三温糖	豚肉 豆腐 赤みそ 油揚 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) きな粉	大根 人参 玉ねぎ まいたけ きゅうり もやし 乾燥わかめ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(飲料用) マカロニ きな粉 三温糖
29水						
30水	豚肉のすき焼き風煮物 水菜のサラダ ごはん	三温糖 みりん 米 食パン バター グラニュー糖	豚肉 焼き豆腐 しょうゆ ツナ缶 牛乳(飲料用)	白菜 人参 えのき茸 玉ねぎ 水菜 コーン 缶 キャベツ	牛乳 シュガーラスク	牛乳(飲料用) 食パン バター グラニュー糖

※献立は都合により変わる場合があります。
 ※2日進級お祝い献立です。
 ※17日誕生日会献立です。
 ※23日午後おやつイースター献立です。