

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	メカジキのしそパン粉焼き コールスローサラダ かぼちゃのみそ汁 ごはん	小麦粉 パン粉 オリーブ油 マヨドレ 三温糖 米	メカジキ 合わせ味噌	しそ粉 キャベツ コーン 缶 きゅうり 人参 南瓜 玉ねぎ えのき茸	チーズラスク	粉チーズ バター 食パン
2	パリパリ春巻き丼 レタスと豆腐のスープ バナナ	春雨 ごま油 春巻きの皮 米 三温糖	豚ひき肉 しょうゆ 豆腐	人参 しめじ ビーマン なら しょうが チューブ レタス クリームコーン 缶 玉ねぎ バナナ	ココアドーナツ	小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 サラダ油 グラニュー糖 豆腐 純ココア
3	なすとひき肉のカレーライス キャベツのレモンサラダ オレンジ	米 サラダ油 バター 小麦粉 黒砂糖 オリーブ油 三温糖	豚ひき肉 しょうゆ ベーコン	玉ねぎ しめじ しょうが チューブ にんにく トマト 缶 なす ケチャップ キャベツ きゅうり レモン汁 人参 オレンジ	あじさいゼリー 菓子	100%ぶどうジュース アガー グラニュー糖 100%りんごジュース レモン汁 紫キャベツ 菓子
4	ビーフンのごまだれ風味 ポテトとウインナーのスープ 豆乳パン	ビーフン 三温糖 すりごま じゃが芋 豆乳パン	ツナ 缶 しょうゆ ウインナー (無着色)	人参 きゅうり 干しいだけ トマト えのき茸 あさつき	たぬきむすび	米 天かす 青のり しょうゆ
5	厚揚げと小松菜の炒め煮 ワンタンスープ ごはん	三温糖 ごま油 片栗粉 ワンタンの皮 いりごま 米	豚肉 生揚 白しょうゆ うすくちしょうゆ	人参 小松菜 玉ねぎ エリンギ まいだけ ねぎ チンゲン菜	ピーチケーキ	もも 缶 グラニュー糖 小麦粉 ベーキングパウダー バター 牛乳
6	枝豆と塩昆布のまぜごはん お麩のみそ汁	サラダ油 米 小玉麩	枝豆 鶏肉 油揚 うすくちしょうゆ 西京みそ	人参 塩昆布 玉ねぎ 乾燥わかめ	いちごのパンナコッタ 菓子	いちごジャム 牛乳 グラニュー糖 アガー 生クリーム 菓子
7	鶏のBBQソテー マカロニサラダ 豆乳スープ ごはん	サラダ油 三温糖 マカロニ マヨドレ じゃが芋 米	鶏肉 しょうゆ ツナ 缶 ベーコン 無調整豆乳	玉ねぎ ケチャップ きゅうり コーン 缶 ブロッコリー	にんじん蒸しパン	人参 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 グラニュー糖
8	スタミナぎょうざ丼 春雨スープ バナナ	片栗粉 ごま油 米 春雨	しょうゆ 豚ひき肉 ベーコン うすくちしょうゆ	玉ねぎ なら にんにく キャベツ しょうが チューブ レタス バナナ	みそポテト	じゃが芋 三温糖 合わせみそ 小麦粉 サラダ油 酒
9	しらすとキャベツのパスタ 押し麦のスープ メロン	スパゲッティ オリーブ油 押し麦	しらす 干し うすくちしょうゆ しょうゆ ウインナー	キャベツ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ にんにく 刻みのり チンゲン菜 メロン	納豆チャーハン	米 納豆 ねぎ 鶏もも ひき肉 サラダ油 しょうゆ 人参 塩 酒
10	鮭のレモン焼き ひじきの炒め煮 ほうれん草のみそ汁 ごはん	こんにゃく サラダ油 三温糖 米	生鮭 しょうゆ 油揚げ 赤みそ	レモン しょうが チューブ ひじき 人参 ほうれん草 玉ねぎ えのき茸	きな粉クリームサンド	きな粉 バター グラニュー糖 食パン
11	五目ごはん 豚汁 ヨーグルト	米 三温糖 サラダ油 こんにゃく ごま油	しょうゆ 油揚げ 鶏肉 豚肉 合わせ味噌 ヨーグルト	人参 しめじ ねぎ 玉ねぎ えのき茸 南瓜 ほうれん草	小松菜パンケーキ	小松菜 牛乳 バター 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖
12	ちゃんぼん風うどん ほうれん草のごまあえ	干めん サラダ油 すりごま 三温糖	豚肉 かまぼこ うすくちしょうゆ しょうゆ	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 もやし	菓子	菓子
13	メカジキのしそパン粉焼き コールスローサラダ かぼちゃのみそ汁 ごはん	小麦粉 パン粉 オリーブ油 マヨドレ 三温糖 米	メカジキ 合わせ味噌	しそ粉 キャベツ コーン 缶 きゅうり 人参 南瓜 玉ねぎ えのき茸	チーズラスク	粉チーズ バター 食パン
14	なすとひき肉のカレーライス キャベツのレモンサラダ ヨーグルト	米 サラダ油 バター 小麦粉 黒砂糖 オリーブ油 三温糖	豚ひき肉 しょうゆ ベーコン ヨーグルト	玉ねぎ しめじ しょうが チューブ にんにく トマト 缶 なす ケチャップ キャベツ きゅうり レモン汁 人参	あじさいゼリー 菓子	100%ぶどうジュース アガー グラニュー糖 100%りんごジュース レモン汁 紫キャベツ 菓子
15	焼きじゃがいもの野菜あんかけ わかめとおくらの中中華スープ ごはん	じゃが芋 ごま油 片栗粉 三温糖 サラダ油 いりごま 米	豚肉 しょうゆ うすくちしょうゆ	人参 玉ねぎ しょうが ビーマン えのき茸 生わかめ オクラ	お好みマカロニ	マカロニ ソース 花かつお 青のり マヨドレ ケチャップ
16	ビーフンのごまだれ風味 ポテトとウインナーのスープ 豆乳パン	ビーフン 三温糖 すりごま じゃが芋 豆乳パン	ツナ 缶 しょうゆ ウインナー (無着色)	人参 きゅうり 干しいだけ トマト えのき茸 あさつき	たぬきむすび	米 天かす 青のり しょうゆ
17	厚揚げと小松菜の炒め煮 ワンタンスープ ごはん	三温糖 ごま油 片栗粉 ワンタンの皮 いりごま 米	豚肉 生揚 白しょうゆ うすくちしょうゆ	人参 小松菜 玉ねぎ エリンギ まいだけ ねぎ チンゲン菜	ピーチケーキ	もも 缶 グラニュー糖 小麦粉 ベーキングパウダー バター 牛乳
18	枝豆と塩昆布のまぜごはん お麩のみそ汁	サラダ油 米 小玉麩	枝豆 鶏肉 油揚 うすくちしょうゆ 西京みそ	人参 塩昆布 玉ねぎ 乾燥わかめ	いちごのパンナコッタ 菓子	いちごジャム 牛乳 グラニュー糖 アガー 生クリーム 菓子
19	鶏のBBQソテー マカロニサラダ 豆乳スープ ごはん	サラダ油 三温糖 マカロニ マヨドレ じゃが芋 米	鶏肉 しょうゆ ツナ 缶 ベーコン 無調整豆乳	玉ねぎ ケチャップ きゅうり コーン 缶 ブロッコリー	にんじん蒸しパン	人参 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 グラニュー糖
20	スタミナぎょうざ丼 春雨スープ バナナ	片栗粉 ごま油 米 春雨	しょうゆ 豚ひき肉 ベーコン うすくちしょうゆ	玉ねぎ なら にんにく キャベツ しょうが チューブ レタス バナナ	みそポテト	じゃが芋 三温糖 合わせみそ 小麦粉 サラダ油 酒
21	しらすとキャベツのパスタ 押し麦のスープ メロン	スパゲッティ オリーブ油 押し麦	しらす 干し うすくちしょうゆ しょうゆ ウインナー	キャベツ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ にんにく 刻みのり チンゲン菜 メロン	納豆チャーハン	米 納豆 ねぎ 鶏もも ひき肉 サラダ油 しょうゆ 人参 塩 酒
22	五目ごはん 豚汁 ヨーグルト	米 三温糖 サラダ油 こんにゃく ごま油	しょうゆ 油揚げ 鶏肉 豚肉 合わせ味噌 ヨーグルト	人参 しめじ ねぎ 玉ねぎ えのき茸 南瓜 ほうれん草	小松菜パンケーキ	小松菜 牛乳 バター 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖
23	ちゃんぼん風うどん ほうれん草のごまあえ	干めん サラダ油 すりごま 三温糖	豚肉 かまぼこ うすくちしょうゆ しょうゆ	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 もやし	菓子	菓子
24	鮭のレモン焼き ひじきの炒め煮 ほうれん草のみそ汁 ごはん	こんにゃく サラダ油 三温糖 米	生鮭 しょうゆ 油揚げ 赤みそ	レモン しょうが チューブ ひじき 人参 ほうれん草 玉ねぎ えのき茸	きな粉クリームサンド	きな粉 バター グラニュー糖 食パン

\*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。\*3日はお誕生会メニューです。