

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金	八宝豆腐 キラキラスープ バナナヨーグルト ごはん	油 片栗粉 春雨 グラニュー糖 米 マカロニ 三温糖	豆腐 鶏肉 白しょうゆ 焼きかまぼこ 薄口しょうゆ バナナヨーグルト 牛乳(飲料用) きな粉	人参 しめじ 玉ねぎ 白菜 オクラ えのき茸 バナナ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(飲料用) マカロニ きな粉 三温糖
2土	冷やし中華 南瓜そぼろあんかけ	中華そば ごま油 三温糖 みりん 片栗粉 小麦粉 バター グラニュー糖	しょうゆ ツナ缶 鶏ももひき肉 しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	きゅうり 人参 卸ししょうが 南瓜 レモン汁	牛乳 レモンケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 レモン汁 ベーキングパウダー バター 牛乳 グラニュー糖
3日						
4月	チャブチェ 豆腐とコーンのスープ バイナップル ごはん	春雨 ごま油 三温糖 米 グラニュー糖	豚肉 しょうゆ 豆腐 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) ホイップクリーム	にら 人参 玉ねぎ 卸しにんにく 白菜 まいたけ クリームコーン缶 キャベツ えのき茸 バイナップル 100%オレンジジュース アガー	牛乳 デコレーションゼリー	牛乳(飲料用) 100%オレンジジュース アガー グラニュー糖 水 菓子 ホイップクリーム
5火	かれないの蒲焼 もやしの磯あえ 玉ねぎのみそ汁 ごはん	片栗粉 三温糖 米 しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用) グラニュー糖	かれない しょうゆ しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用) ゆで小豆缶 牛乳	小松菜 もやし しめじ 刻みりのり 人参 玉ねぎ えのき茸 なす	牛乳 あずきケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー バター ゆで小豆缶 牛乳 グラニュー糖
6水	鶏のカレーマヨ焼き ブロッコリーサラダ 冬瓜汁 ごはん	マヨネーズ 三温糖 オリーブオイル 米 ごま油	鶏肉 しょうゆ 白しょうゆ 牛乳(飲料用) ツナ缶 薄口しょうゆ	卸しにんにく 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ もやし 冬瓜 オクラ 白菜 あさつき コーン缶	牛乳 ツナチャーハン	牛乳(飲料用) ツナ缶 米 あさつき ごま油 スープの素 薄口しょうゆ コーン缶
7木	どて煮 マカロニソテー 小松菜のすまし汁 ごはん	こんにやく マカロニ 油 三温糖 米	豚肉 しょうゆ 赤みそ はんぺん ちくわ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	大根 人参 卸ししょうが ピーマン 玉ねぎ 小松菜 えのき茸 もやし	牛乳 菓子ゼリー	牛乳(飲料用) 菓子ゼリー
8金	ビーフンスープ キャベツのごまあえ ミルクロールパン	ビーフン 油 すりごま 三温糖 ミルクロール	しょうゆ 豚肉 しょうゆ 牛乳(飲料用) 花かつお	人参 玉ねぎ チンゲン菜 まいたけ もやし キャベツ きゅうり しそ粉	牛乳 しそおにぎり	牛乳(飲料用) 米 しそ粉 花かつお
9土	マーボー丼 わかめスープ	ごま油 片栗粉 三温糖 油 ホットケーキミックス バター	豆腐 豚挽肉 赤みそ 白しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	しめじ 玉ねぎ 卸ししょうが 卸しにんにく チンゲン菜 えのき茸 乾燥わかめ	牛乳 しろくまちゃんのパンケーキ	牛乳(飲料用) ホットケーキミックス 牛乳 バター
10日						
11月						
12火	ハヤシライス 南瓜サラダ 一口ゼリー	ハヤシルウ 油 米 マヨネーズ	豚肉 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 人参 まいたけ 南瓜 きゅうり とうもろこし	牛乳 とうもろこし クラッカー	牛乳(飲料用) とうもろこし クラッカー
13水	焼肉丼 チョレギ風サラダ	米 みりん 三温糖 いりごま ごま油 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 卸ししょうが 人参 卸しにんにく ピーマン もやし レタス きゅうり 水菜 刻みのみ	牛乳 ジャムサンド	牛乳(飲料用) 食パン いちごジャム
14木	ウインナーピラフ チンゲン菜のスープ	米 油 小麦粉 グラニュー糖	ウインナー 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	人参 玉ねぎ コーン缶 チンゲン菜 えのき茸 大根	牛乳 ココアいろいろ	牛乳(飲料用) 純ココア 小麦粉 牛乳 グラニュー糖
15金	ふんわり親子丼 なすのみそ汁	片栗粉 米 みりん マカロニ 三温糖	鶏肉 卵 豆腐 薄口しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用) きな粉	玉ねぎ なす あさつき えのき茸	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(飲料用) マカロニ きな粉 三温糖
16土	しのだうどん 洋風やきとり	干めん みりん 三温糖 油	白しょうゆ 焼きかまぼこ 油揚 しょうゆ 鶏肉 牛乳(飲料用)	ほうれん草 ケチャップ 玉ねぎ すいか	牛乳 きんぎょがにげたゼリー	牛乳(飲料用) かんてんばば すいか 水
17日						
18月	ビーフンスープ キャベツのごまあえ コッペパン	ビーフン 油 すりごま 三温糖 コッペパン 米	しょうゆ 豚肉 しょうゆ 牛乳(飲料用) 花かつお	人参 玉ねぎ チンゲン菜 まいたけ もやし キャベツ きゅうり しそ粉	牛乳 しそおにぎり	牛乳(飲料用) 米 しそ粉 花かつお
19火	かれないの蒲焼 もやしの磯あえ 玉ねぎのみそ汁 ごはん	片栗粉 三温糖 米 しょうゆ 合わせ味噌 小麦粉 バター グラニュー糖	かれない しょうゆ しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用) ゆで小豆缶 牛乳	小松菜 もやし しめじ 刻みりのり 人参 玉ねぎ えのき茸 なす	牛乳 あずきケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー バター ゆで小豆缶 牛乳 グラニュー糖
20水	鶏のカレーマヨ焼き ブロッコリーサラダ 冬瓜汁 ごはん	マヨネーズ 三温糖 オリーブオイル 米 すりごま バター 食パン グラニュー糖	鶏肉 しょうゆ 白しょうゆ 牛乳(飲料用)	卸しにんにく 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ もやし 冬瓜 オクラ 白菜	牛乳 ごまトースト	牛乳(飲料用) すりごま バター 食パン グラニュー糖
21木	あんかけスパ わかめサラダ コーンスープ	スパゲッティ 油 片栗粉 三温糖 ごま油	しょうゆ ウインナー ツナ缶 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ キャベツ きゅうり 乾燥わかめ 白菜 クリームコーン缶 えのき茸 すいか バナナ みかん缶 100%りんごジュース	牛乳 すいかのポンチ	牛乳(飲料用) すいか バナナ みかん缶 100%りんごジュース
22金	八宝豆腐 キラキラスープ バナナヨーグルト ごはん	油 片栗粉 春雨 グラニュー糖 米 米 ごま油	豆腐 鶏肉 白しょうゆ 焼きかまぼこ 薄口しょうゆ バナナヨーグルト 牛乳(飲料用) ツナ缶 薄口しょうゆ	人参 しめじ 玉ねぎ 白菜 オクラ えのき茸 バナナ あさつき コーン缶	牛乳 ツナチャーハン	牛乳(飲料用) ツナ缶 米 あさつき ごま油 スープの素 薄口しょうゆ コーン缶
23土	冷やし中華 南瓜そぼろあんかけ	中華そば ごま油 三温糖 みりん 片栗粉 小麦粉 バター グラニュー糖	しょうゆ ツナ缶 鶏ももひき肉 しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	きゅうり 人参 卸ししょうが 南瓜 レモン汁	牛乳 レモンケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 レモン汁 ベーキングパウダー バター 牛乳 グラニュー糖
24日						
25月	チャブチェ 豆腐とコーンのスープ ごはん メロン	春雨 ごま油 三温糖 米 グラニュー糖	豚肉 しょうゆ 豆腐 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) ホイップクリーム	にら 人参 玉ねぎ 卸しにんにく 白菜 まいたけ クリームコーン缶 キャベツ えのき茸 メロン 100%オレンジジュース アガー	牛乳 デコレーションゼリー	牛乳(飲料用) 100%オレンジジュース アガー グラニュー糖 水 菓子 ホイップクリーム
26火	ウインナーピラフ 手羽先風唐揚げ チンゲン菜のスープ	米 油 片栗粉 三温糖	ウインナー 鶏肉 しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	人参 玉ねぎ チンゲン菜 えのき茸 大根 とうもろこし	牛乳 とうもろこし クラッカー	牛乳(飲料用) とうもろこし クラッカー
27水	メカジキのパン粉焼き 人参サラダ 白菜のスープ 豆乳パン	マヨドレ 乾燥パン粉 三温糖 オリーブオイル 豆乳パン 米 三温糖 いりごま	メカジキ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) ツナ缶 しょうゆ	人参 きゅうり キャベツ 白菜 ブロッコリー しめじ 切干大根	牛乳 切干大根ごはん	牛乳(飲料用) 切干大根 ツナ缶 しょうゆ 米 だし汁 三温糖 いりごま
28木	どて煮 マカロニソテー 小松菜のすまし汁 ごはん	こんにやく マカロニ 油 三温糖 米 小麦粉 油	豚肉 しょうゆ 赤みそ はんぺん ちくわ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 豆腐 豚肉	大根 人参 卸ししょうが ピーマン 玉ねぎ 小松菜 えのき茸 もやし キャベツ ケチャップ	牛乳 豆腐お好み焼き	牛乳(飲料用) 豆腐 キャベツ 小麦粉 豚肉 ソース ケチャップ 油
29金	ふんわり親子丼 なすのみそ汁 バナナ	片栗粉 米 みりん 食パン いちごジャム	鶏肉 卵 豆腐 薄口しょうゆ 合わせ味噌 牛乳(飲料用)	玉ねぎ なす あさつき えのき茸 バナナ	牛乳 ジャムサンド	牛乳(飲料用) 食パン いちごジャム
30土	マーボー丼 わかめスープ	ごま油 片栗粉 三温糖 油 ホットケーキミックス バター	豆腐 豚挽肉 赤みそ 白しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	しめじ 玉ねぎ 卸ししょうが 卸しにんにく チンゲン菜 えのき茸 乾燥わかめ	牛乳 しろくまちゃんのパンケーキ	牛乳(飲料用) ホットケーキミックス 牛乳 バター
31日						

※献立は都合により変わる場合があります。
 ※21日は誕生日会献立です。
 ※未満児組は午前中に牛乳と補食があります。