

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月	ツナと塩昆布のまぜごはん 高野豆腐の煮物 切干大根スープ	米	ツナ缶 高野豆腐	塩こんぶ 人参 コーン缶 干しいたけ 南瓜 切干大根 玉ねぎ 乾燥わかめ	かぼちゃのむしパン	南瓜 小麦粉 さとう ベーキングパウダー 牛乳
2火	鮭のもみじ焼き 千草あえ お麩のすまし汁 ごはん	マヨドレ 三温糖 小玉麩 米	生さけ 油揚	人参 ほうれん草 もやし 玉ねぎ えのき	バナナケーキ	バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 パター 牛乳
3水	鶏のマーマレード焼き ジャーマンポテト きのこのみそ汁 ごはん	油 じゃが芋 米	鶏肉 ウインナー（無着色） 赤味噌	玉ねぎ マーマレード 卸しにんにく しめじ ねぎ まいたけ 干しいたけ	トマトパイ	ダイストマト缶 ビザ用チーズ 餃子の皮
4木	焼きそば 豆腐のわかめのみそ汁 フルーツヨーグルト	焼きそば 油 グラニュー糖	豚肉 豆腐 合わせ味噌 プレーンヨーグルト	人参 キャベツ 青のり 乾燥わかめ ねぎ もも缶 バナナ みかん缶	チーズおかかおむすび	米 しょうゆ 花かつお プロセスチーズ おにぎり用のり
5金	スタミナぎょうざ丼 人参スープ ゼリー	ごま油 片栗粉 米	豚ひき肉	キャベツ なら もやし 卸しにんにく 卸ししょうが 玉ねぎ 人参 えのき ゼリー	バナナ 菓子	バナナ 菓子
6土	マーボー丼 じゃがいものスープ	ごま油 さとう 片栗粉 米 じゃが芋	豚ひき肉 豆腐 赤味噌	人参 玉ねぎ しめじ 卸ししょうが 卸しにんにく もやし ねぎ	きな粉蒸しパン	小麦粉 グラニュー糖 ベーキングパウダー 牛乳 きな粉
7日						
8月	なすの味噌炒め チンゲン菜のスープ ごはん	油 さとう 米	豚肉 赤味噌	なす 玉ねぎ しめじ 卸ししょうが 卸しにんにく チンゲン菜 もやし エリンギ	スイートポテト	さつまいも バター さとう 牛乳 塩
9火	カレイのかば焼き キャベツのゆかりあえ ビーフンスープ ごはん	小麦粉 さとう 油 ビーフン 米	かれい 鶏肉	卸ししょうが キャベツ きゅうり 人参 しそ粉 チンゲン菜	ココアクリームサンド	食パン 純ココア グラニュー糖 生クリーム
10水	きのこカレーライス 豆腐のサラダ パイナップル	じゃが芋 黒砂糖 バター 小麦粉 油 米 さとう ごま油	鶏肉 豆腐 花かつお	玉ねぎ 人参 しめじ エリンギ まいたけ 卸ししょうが 卸しにんにく ダイストマト缶 きゅうり レタス パイナップル	みかんゼリー	100%オレンジジュース 水 アガー グラニュー糖 みかん缶
11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	玉ねぎ 人参 ねぎ 卸しにんにく 卸ししょうが もやし なら	マシュマロクリスピー	マシュマロ コーンフレーク バター
12金	ザンギ レタスのサラダ スープカレー ごはん	片栗粉 油 オリーブ油 米	鶏もも肉 ベーコン ウインナー（無着色）	卸ししょうが 卸しにんにく レタス 人参 きゅうり 玉ねぎ なす コーン缶	いももち	じゃが芋 片栗粉 塩 水 みりん しょうゆ 三温糖
13土	ポロネーゼ コーンスープ	スパゲッティ 油 じゃが芋	豚ひき肉 粉チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ ケチャップ トマト缶 コーン缶 あさつき	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
14日						
15月						
16火	鮭のもみじ焼き 千草あえ お麩のすまし汁 ごはん	マヨドレ 三温糖 小玉麩 米	生さけ 油揚	人参 ほうれん草 もやし 玉ねぎ えのき	バナナケーキ	バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 パター 牛乳
17水	ハンバーグ ブロッコリーサラダ コンソメスープ ごはん	パン粉 さとう マヨドレ 米	合いびき肉 豆腐 ツナ缶	玉ねぎ ケチャップ ブロッコリー 人参 コーン缶 もやし えのき キャベツ	しろくまちゃんのホットケーキ	小麦粉 さとう ベーキングパウダー 牛乳 バター 油
18木	焼きそば 豆腐とわかめのみそ汁 フルーツヨーグルト	焼きそば 油 グラニュー糖	豚肉 豆腐 合わせ味噌 プレーンヨーグルト	人参 キャベツ 青のり 乾燥わかめ ねぎ もも缶 バナナ みかん缶	チーズおかかおむすび	米 しょうゆ 花かつお プロセスチーズ おにぎり用のり
19金	ちらし寿司 鶏のつくね焼き 玉ねぎのすまし汁	さとう 米 片栗粉	油揚げ 鶏ひき肉 豆腐	人参 干しいたけ じゃが芋 コーン缶 刻みのみりん 昆布 ねぎ 卸ししょうが 玉ねぎ あさつき えのき 茸	きなこおはぎ	米 きな粉 さとう
20土	マーボー丼 じゃがいものスープ	ごま油 さとう 片栗粉 米 じゃが芋	豚ひき肉 豆腐 赤味噌	人参 玉ねぎ しめじ 卸ししょうが 卸しにんにく もやし ねぎ	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
21日						
22月	鶏のマーマレード焼き ジャーマンポテト きのこのみそ汁 ごはん	油 じゃが芋 米	鶏肉 ウインナー（無着色） 赤味噌	玉ねぎ マーマレード 卸しにんにく しめじ ねぎ まいたけ 干しいたけ	トマトパイ	ダイストマト缶 ビザ用チーズ 餃子の皮
23火						
24水	きのこカレーライス 豆腐のサラダ パイナップル	じゃが芋 黒砂糖 バター 小麦粉 油 米 さとう ごま油	鶏肉 豆腐 花かつお	玉ねぎ 人参 しめじ エリンギ まいたけ 卸ししょうが 卸しにんにく ダイストマト缶 きゅうり レタス パイナップル	みかんゼリー	100%オレンジジュース 水 アガー グラニュー糖 みかん缶
25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	玉ねぎ 人参 ねぎ 卸しにんにく 卸ししょうが もやし なら	マシュマロクリスピー	マシュマロ コーンフレーク バター
26金	スタミナぎょうざ丼 人参スープ ゼリー	ごま油 片栗粉 米	豚ひき肉	キャベツ なら もやし 卸しにんにく 卸ししょうが 玉ねぎ 人参 えのき ゼリー	バナナ 菓子	バナナ 菓子
27土	ポロネーゼ コーンスープ	スパゲッティ 油 じゃが芋	豚ひき肉 粉チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ ケチャップ トマト缶 コーン缶 あさつき	バナナサンド	食パン バナナ 生クリーム さとう
28日						
29月	なすの味噌炒め チンゲン菜のスープ ごはん	油 さとう 米	豚肉 赤味噌	なす 玉ねぎ しめじ 卸ししょうが 卸しにんにく チンゲン菜 もやし エリンギ	スイートポテト	さつまいも バター さとう 牛乳 塩
30火	カレイのかば焼き キャベツのゆかりあえ ビーフンスープ ごはん	小麦粉 さとう 油 ビーフン 米	かれい 鶏肉	卸ししょうが キャベツ きゅうり 人参 しそ粉 チンゲン菜	ココアクリームサンド	食パン 純ココア グラニュー糖 生クリーム

*乳児クラスでは午前のおやつがつきます。*午前・午後のおやつに牛乳がつきます。
*都合により献立が変更尾になることがあります。