

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	水	かれいのコーンフレーク焼き キャベツのごまあえ かぼちゃとなめこのみそ汁 ごはん	マヨドレ パン粉 コーンフレーク すりごま 三温糖 米	かれい しょうゆ 合わせ味噌	キャベツ 人参 きゅうり 南瓜 玉ねぎ なめこ	スイートポテトケーキ	さつまいも 牛乳 バター グラニュー糖 小麦粉 ベーキングパウダー
2	木	きのこのミートサラダ アルファベットスープ 豆乳パン	じゃが芋 サラダ油 三温糖 マヨドレ マカロニ 豆乳パン	豚肉 しょうゆ ウインナー (無着色)	きゅうり 人参 玉ねぎ エリンギ まいたけ えのき茸 ほうれん草 コーン缶	五平餅	米 赤みそ すりごま 三温糖
3	金	サムゲタン風スープ ジャーマンポテト わかめごはん	米 サラダ油 じゃが芋	鶏肉 うすくちしょうゆ ベーコン しょうゆ	大根 ねぎ えのき茸 白菜 にんにく 玉ねぎ わかめふりかけ	マカロニナポリタン	マカロニ 玉ねぎ ビーマン サラダ油 ケチャップ ウインナー (無着色) 三温糖 しょうゆ
4	土	ちゃんぽん風うどん 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
5	日						
6	月	鮭のパン粉焼き ポパイソテー 豆乳スープ ごはん	パン粉 マヨドレ バター 三温糖 じゃが芋 米	生鮭 粉チーズ ベーコン うすくちしょうゆ 無調製豆乳 ウインナー	ほうれん草 もやし コーン缶 玉ねぎ まいたけ しめじ	お月見うさぎクッキー	グラニュー糖 小麦粉 バター 南瓜
7	火	豆腐ハンバーグ レタスの塩昆布あえ お麩のみそ汁 栗とさつまいものごはん	片栗粉 三温糖 ごま油 小玉麩 米 栗甘露煮 さつまいも	豚挽肉 豆腐 合わせみそ	玉ねぎ ケチャップ 塩昆布 人参 きゅうり もやし レタス えのき茸 あさつき	ココアパンケーキ	純ココア 牛乳 バター 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖
8	水	かぼちゃのカレーライス バリバリきつねサラダ ゼリー	小麦粉 バター 黒砂糖 米 オリーブ油 三温糖	豚ひき肉 油揚 しょうゆ	人参 玉ねぎ トマト缶 しめじ しょうがチューブ にんにく 南瓜 キャベツ きゅうり コーン缶	オレンジ菓子	オレンジ菓子
9	木	磯の香りパスタ ジュリアンスープ ひよこ組～うさぎ組：バナナ きりん組～そら組：梨	スパゲッティ サラダ油 三温糖	ツナ缶 うすくちしょうゆ	玉ねぎ しめじ 刻みのり 人参 キャベツ バナナ 梨	ウインナーとチーズのおにぎり	米 チーズ 花かつお ウインナー マヨドレ いりごま
10	金	豚の生姜焼き ブロッコリーのマヨおかかあえ エリンギのみそ汁 ごはん	三温糖 サラダ油 マヨドレ いりごま 米	豚肉 しょうゆ 花かつお 西京みそ	玉ねぎ しょうがチューブ ブロッコリー 人参 コーン缶 あさつき えのき茸 エリンギ	トマチートースト	サンドイッチ用食パン ビザ用チーズ トマトピューレ ケチャップ
11	土	高野豆腐のそぼろ丼 ほうれん草のみそ汁	サラダ油 三温糖 米	高野豆腐 鶏ももひき肉 しょうゆ 赤みそ	人参 ねぎ しめじ ほうれん草 えのき茸 もやし	菓子	菓子
12	日						
13	月						
14	火	ガパオ風ライス わかめスープ ヨーグルト	三温糖 米 いりごま	豚ひき肉 うすくちしょうゆ ヨーグルト	人参 玉ねぎ ビーマン しめじ にんにく レモン汁 しょうがチューブ 乾燥わかめ コーン缶	ココアクリームサンド	純ココア 牛乳 コーンスターチ グラニュー糖 食パン
15	水	トリチリ 小松菜の塩ナムル ワンタンスープ ごはん	サラダ油 三温糖 小麦粉 春雨 ごま油 ワンタンの皮 いりごま 米	鶏肉 しょうゆ うすくちしょうゆ	玉ねぎ ケチャップ 小松菜 もやし 人参 チンゲン菜 にら	のり塩れんこん	れんこん サラダ油 塩 青のり 片栗粉
16	木	きのこのミートサラダ アルファベットスープ 豆乳パン	じゃが芋 サラダ油 三温糖 マヨドレ マカロニ 豆乳パン	豚肉 しょうゆ ウインナー (無着色)	きゅうり 人参 玉ねぎ エリンギ まいたけ えのき茸 ほうれん草 コーン缶	五平餅	米 赤みそ すりごま 三温糖
17	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	生揚げ 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	いちご蒸しパン	小麦粉 ベーキングパウダー いちごジャム 牛乳 グラニュー糖
18	土	ちゃんぽん風うどん 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	たこ焼き風ポテト	花かつお 青のり サラダ油 ソース じゃが芋 片栗粉 三温糖 ケチャップ
19	日						
20	月	サムゲタン風スープ ジャーマンポテト わかめごはん	米 サラダ油 じゃが芋	鶏肉 うすくちしょうゆ ベーコン しょうゆ	大根 ねぎ えのき茸 白菜 にんにく 玉ねぎ わかめふりかけ	マカロニナポリタン	マカロニ 玉ねぎ ビーマン サラダ油 ケチャップ ウインナー (無着色) 三温糖 しょうゆ
21	火	かれいのコーンフレーク焼き キャベツのごまあえ かぼちゃとなめこのみそ汁 ごはん	マヨドレ パン粉 コーンフレーク すりごま 三温糖 米	かれい しょうゆ 合わせ味噌	キャベツ 人参 きゅうり 南瓜 玉ねぎ なめこ	スイートポテトケーキ	さつまいも 牛乳 バター グラニュー糖 小麦粉 ベーキングパウダー
22	水	磯の香りパスタ ジュリアンスープ ひよこ組～うさぎ組：バナナ きりん組～そら組：柿	スパゲッティ サラダ油 三温糖	ツナ缶 うすくちしょうゆ	玉ねぎ しめじ 刻みのり 人参 キャベツ バナナ 柿	ウインナーとチーズのおにぎり	米 チーズ 花かつお ウインナー マヨドレ いりごま
23	木	豚の生姜焼き ブロッコリーのマヨおかかあえ エリンギのみそ汁 ごはん	三温糖 サラダ油 マヨドレ いりごま 米	豚肉 しょうゆ 花かつお 西京みそ	玉ねぎ しょうがチューブ ブロッコリー 人参 コーン缶 あさつき えのき茸 エリンギ	トマチートースト	サンドイッチ用食パン ビザ用チーズ トマトピューレ ケチャップ
24	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	玉ねぎ 人参 ねぎ しめじ にんにく しょうがチューブ レタス	ひよこ組～うさぎ組：バナナ・菓子 きりん組～そら組：りんご・菓子 菓子	バナナ りんご 菓子
25	土	高野豆腐のそぼろ丼 ほうれん草のみそ汁	サラダ油 三温糖 米	高野豆腐 鶏ももひき肉 しょうゆ 赤みそ	人参 ねぎ しめじ ほうれん草 えのき茸 もやし	黒糖かんでん 菓子	アガー 黒砂糖 きな粉 三温糖 塩 菓子
26	日						
27	月	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	生揚げ 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	いちご蒸しパン	小麦粉 ベーキングパウダー いちごジャム 牛乳 グラニュー糖
28	火	ガパオ風ライス わかめスープ ヨーグルト	三温糖 米 いりごま	豚ひき肉 うすくちしょうゆ ヨーグルト	人参 玉ねぎ ビーマン しめじ にんにく レモン汁 しょうがチューブ 乾燥わかめ コーン缶	ココアクリームサンド	純ココア 牛乳 コーンスターチ グラニュー糖 食パン
29	水	トリチリ 小松菜の塩ナムル ワンタンスープ ごはん	サラダ油 三温糖 小麦粉 春雨 ごま油 ワンタンの皮 いりごま 米	鶏肉 しょうゆ うすくちしょうゆ	玉ねぎ ケチャップ 小松菜 もやし 人参 チンゲン菜 にら	のり塩れんこん	れんこん サラダ油 塩 青のり 片栗粉
30	木	おばけのカレーライス バリバリきつねサラダ ゼリー	小麦粉 バター 黒砂糖 米 オリーブ油 三温糖	豚ひき肉 油揚 しょうゆ	人参 玉ねぎ トマト缶 しめじ しょうがチューブ にんにく 南瓜 キャベツ きゅうり コーン缶	パンキンパイ	餃子の皮 南瓜 グラニュー糖 バター 牛乳
31	金	鮭のパン粉焼き ポパイソテー 豆乳スープ ごはん	パン粉 マヨドレ バター 三温糖 じゃが芋 米	生鮭 粉チーズ ベーコン うすくちしょうゆ 無調製豆乳 ウインナー	ほうれん草 もやし コーン缶 玉ねぎ まいたけ しめじ	さつまいものおにぎり	米 さつまいも 塩 酒

*2歳児クラスまでは午前におやつがつかます。*午前・午後おやつに牛乳がつかます。*都合により変更になることがあります。*7日はお誕生会メニューです。