

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					
2	月	ベーコンと生姜のスープ 納豆サラダ わかめごはん	油 春雨 マヨドレ 米	ベーコン 納豆	玉ねぎ 人参 まいたけ 白菜 しょうが レタス コーン缶 わかめ ぶりかけ	ポパイケーキ ほうれん草 牛乳 バター 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 すりごま
3	火	大豆ナゲット れんこんサラダ お麩のすまし汁 ごはん	パン粉 片栗粉 油 マヨドレ 三温糖 小玉麩 米	大豆水煮 豆腐 鶏ひき肉 ちくわ	ケチャップ れんこん 人参 きゅうり えのき あさつき 玉ねぎ	鬼まんじゅう さつま芋 小麦粉 さとう 塩 水
4	水	カレイのサクサク焼き レタスのチョレギ風サラダ わかめスープ ごはん	マヨドレ パン粉 油 オリーブ油 米	白身魚骨なし切身 ベーコン	レタス 人参 人参 きゅうり えのき 玉ねぎ コーン缶	のり塩ポテト じゃが芋 油 青のり 塩
5	木	高野豆腐のそぼろ丼 さつま芋のみそ汁 でこぼん	油 三温糖 米 さつま芋	高野豆腐 鶏ももひき肉 赤味噌	人参 ねぎ しめじ 卸ししょうが 乾燥わかめ えのき でこぼん	ごはんクッキー 米 小麦粉 バター ベーキングパウダー グラニュー糖
6	金	マカロニグラタン チンゲン菜のスープ 食パン	マカロニ バター 小麦粉 食パン	鶏もも肉 牛乳 ピザ用チーズ	人参 玉ねぎ ブロッコリー 乾燥パセリ チンゲン菜 もやし エリンギ	焼きカレーおにぎり 米 豚ひき肉 人参 ビーマン 純カレー 酒 三温糖 塩
7	土	鶏塩うどん ほうれん草とちくわのあえもの	干めん ごま油 さとう	鶏肉 ちくわ	ねぎ キャベツ もやし ほうれん草 人参	ホットケーキ 牛乳 バター ホットケーキミックス
8	日					
9	月	豚肉の甘辛炒め 大根のみそ汁 ごはん	油 さとう 米	豚肉 合わせ味噌	玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ 大根 ねぎ 乾燥わかめ	きなこボール 小玉麩 きな粉 三温糖 バター 塩
10	火	ぶりの照り焼き ほうれん草のごま和え かぶのみそ汁 ごはん	三温糖 小麦粉 すりごま さとう 米	ぶり 合わせ味噌	ほうれん草 人参 もやし かぶ しいたけ ねぎ	食パン グラニュー糖 コーンスターチ 純ココア 牛乳
11	水					
12	木	キーマカレー 白菜のマヨおかかあえ パナナ	油 米 マヨドレ	豚ひき肉 豆腐 ツナ缶 花かつお	玉ねぎ 人参 しめじ コーン缶 卸しにんにく 卸ししょうが ケチャップ 白菜 きゅうり もやし パナナ	いちごのパンナコッタ 牛乳 生クリーム アガー グラニュー糖 いちご いちごジャム
13	金	鶏肉の塩麹焼き ひじきのミルクィーサラダ ブロッコリーのスープ ごはん	三温糖 小麦粉 マヨドレ マカロニ 米	鶏もも肉 ツナ缶	玉ねぎ ひじき ほうれん草 ブロッコリー エリンギ	焼きそば 焼そば 豚肉 キャベツ 人参 油 鶏がらスープの素 ソース
14	土	ビビンバ風混ぜごはん 玉ねぎスープ	ごま油 さとう 米	豚ひき肉 豆腐	ほうれん草 もやし 人参 卸しにんにく 卸ししょうが 玉ねぎ えのき茸	食パン ツナ缶 マヨドレ スライスチーズ
15	日					
16	月	ベーコンと生姜のスープ 納豆サラダ わかめごはん	油 春雨 マヨドレ 米	ベーコン 納豆	玉ねぎ 人参 まいたけ 白菜 しょうが レタス コーン缶 わかめ ぶりかけ	ポパイケーキ ほうれん草 牛乳 バター 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 すりごま
17	火	しゃぶうどん 里芋とこんにゃくの煮物 カツオの竜田焼き	干めん 里芋 さとう 油 こんにゃく 片栗粉	豆腐 油揚 煮干し (いわし) 鶏肉 カツオ	大根 人参 ねぎ 卸ししょうが 卸しにんにく	ツナと人参ごはん ツナ缶 米 人参 三温糖 みりん
18	水	白菜と豚肉の炒め煮 ほうれん草のすまし汁 ごはん	ごま油 片栗粉 小玉麩 米	豚肉	白菜 人参 玉ねぎ しいたけ 卸ししょうが 卸しにんにく ほうれん草 しめじ	のり塩ポテト じゃが芋 油 青のり 塩
19	木	高野豆腐のそぼろ丼 さつま芋のみそ汁 でこぼん	油 三温糖 米 さつま芋	高野豆腐 鶏ももひき肉 赤味噌	人参 ねぎ しめじ 卸ししょうが 乾燥わかめ えのき でこぼん	ごはんクッキー 米 小麦粉 バター ベーキングパウダー グラニュー糖
20	金	マカロニグラタン チンゲン菜のスープ 食パン	マカロニ バター 小麦粉 食パン	鶏もも肉 牛乳 ピザ用チーズ	人参 玉ねぎ ブロッコリー 乾燥パセリ チンゲン菜 もやし エリンギ	焼きカレーおにぎり 米 豚ひき肉 人参 ビーマン 純カレー 酒 三温糖 塩
21	土	鶏塩うどん ほうれん草のあえもの	干めん ごま油 さとう	鶏肉 ちくわ	ねぎ キャベツ もやし ほうれん草 人参	シュガーラスク 食パン バター グラニュー糖
22	日					
23	月					
24	火	ぶりの照り焼き ほうれん草のごま和え かぶのみそ汁 ごはん	三温糖 小麦粉 すりごま さとう 米	ぶり 合わせ味噌	ほうれん草 人参 もやし かぶ しいたけ ねぎ	ココアサンド 食パン グラニュー糖 コーンスターチ 純ココア 牛乳
25	水	チキンみそかつ かぼちゃサラダ 豆腐とニラのスープ ごはん	マヨドレ パン粉 さとう 米	鶏肉 赤味噌 ウィンナー (無着色) 豆腐	南瓜 きゅうり コーン缶 たら チンゲン菜	お好み焼き 小麦粉 ベーキングパウダー 豚肉 キャベツ 花かつお お好みソース 青のり 油 鶏がらスープの素
26	木	キーマカレー 白菜のマヨおかかあえ パナナ	油 米 マヨドレ	豚ひき肉 豆腐 ツナ缶 花かつお	玉ねぎ 人参 しめじ コーン缶 卸しにんにく 卸ししょうが ケチャップ 白菜 きゅうり もやし パナナ	いちごのパンナコッタ 牛乳 生クリーム アガー グラニュー糖 いちご いちごジャム
27	金	豚肉の甘辛炒め 大根のみそ汁 ごはん	油 さとう 米	豚肉 合わせ味噌	玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ 大根 ねぎ 乾燥わかめ	きなこボール 小玉麩 きな粉 三温糖 バター 塩
28	土	ビビンバ風混ぜごはん 玉ねぎスープ	ごま油 さとう 米	豚ひき肉 豆腐	ほうれん草 もやし 人参 卸しにんにく 卸ししょうが 玉ねぎ えのき茸	食パン ツナ缶 マヨドレ スライスチーズ

* 1歳児クラスまで、午前おやつがつきます。 * 午前と午後のおやつに牛乳がつきます。

* 都合により献立が変更になることがあります。