

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
2月	★手羽先風からあげ ほうれん草の厚揚げ白和え 春キャベツのみそ汁 ごはん	片栗粉 油 さとう さとう すりごま 米	鶏もも肉 ちくわ 厚揚げ 白みそ 合わせ味噌	ほうれん草 人参 キャベツ まいたけ あさつき	チーズカップケーキ	小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 牛乳 バター クリームチーズ
3火	おひな様ハヤシライス ★お花のスープ ★ぶどうゼリー	じゃが芋 バター 油 小麦粉 黒砂糖 米 マカロニ グラニュー糖	ウインナー (無着色)	玉ねぎ しめじ だいすトマト缶 ケチャップ フロッコリー おにぎり用のり 小松菜 エリンギ コーン缶 100%ぶどうジュース アガー	ひしもち蒸しパン	小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 いちごジャム ほうれん草 牛乳
4水	厚揚げのカレー風味あんかけ コーンスープ ごはん	油 さとう 片栗粉 米	生揚 豚肉	人参 エリンギ 玉ねぎ ねぎ 卸しにんにく クリームコーン缶 えのき茸	わかめうどん	干めん ねぎ しょうゆ みりん だし汁 乾燥わかめ
5木	★バリバリ春巻き丼 アスパラのマヨ和え 豆腐の中華スープ	春雨 春巻きの皮 米 ごま油 さとう 油 マヨドレ	豚ひき肉 豆腐	ピーマン 人参 しめじ 卸しにんにく アスパラガス キャベツ えのき ねぎ	豆乳黒蜜プリン	無調整豆乳 アガー グラニュー糖 水 きな粉 黒砂糖 三温糖
6金	きのごミートサラダ ★かぶのポターージュ 食パン	油 さとう じゃが芋 マヨドレ 食パン	豚肉 牛乳	しめじ まいたけ 玉ねぎ 人参 コーン缶 かぶ	鮭チャーハン	米 サケフレーク ごま油 小松菜 しょうゆ
7土	ナポリタンスパゲッティ じゃがいものスープ	スパゲッティ 油 じゃが芋	ウインナー (無着色)	玉ねぎ ピーマン エリンギ 卸しにんにく ケチャップ えのき茸 コーン缶	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	豆乳ポークカレー フロッコリーのおかか和え ヨーグルト	じゃが芋 黒砂糖 バター 小麦粉 油 米 さとう	豚肉 豆乳 花かつお ヨーグルト	玉ねぎ 人参 アスパラガス しめじ 卸ししょうが 卸しにんにく だいすトマト缶 フロッコリー もやし	かぼちゃ蒸しパン	南瓜 小麦粉 さとう ベーキングパウダー 牛乳
10火	★さわらの磯揚げ 春野菜のサラダ なめこの味噌汁 ごはん	油 小麦粉 さとう 米	さわら 赤味噌	青のり 刻みのり キャベツ フロッコリー 人参 なめこ 乾燥わかめ ねぎ	お麩のみたらし団子風	麩 油 三温糖 みりん しょうゆ 片栗粉
11水	★チーズバーガー コールスローサラダ パンキンクスープ	片栗粉 パン粉 マヨドレ オリーブ油 三温糖 バター	合いびき肉 チーズ	玉ねぎ トマト レタス ケチャップ おろしにんにく キャベツ きゅうり 人参 コーン缶 南瓜 エリンギ もやし	レモンビスケット	小麦粉 バター グラニュー糖 牛乳 レモン
12木	★しょうゆラーメン 小松菜のナムル バナナ	中華めん ごま油 油 すりごま いりごま	鶏肉	水菜 チンゲン菜 コーン缶 もやし 人参 ねぎ 卸しにんにく 小松菜 バナナ	梅ひじきおにぎり	米 ひじき みりん しょうゆ 梅干 かつおソフト削り おにぎり用のり
13金	サンラータンスープ チョレギサラダ ★ゆかりごはん	油 片栗粉 いりごま ごま油 米	豚肉 豆腐	人参 玉ねぎ 小松菜 えのき ねぎ レタス 水菜 刻みのり 卸しにんにく しそ粉	★スイートポテト	さつま芋 バター さとう 牛乳 塩
14土	スタミナぎょうざ丼 キャベツのスープ	片栗粉 ごま油 米	豚ひき肉	キャベツ いら 卸しにんにく 卸ししょうが もやし えのき	きなこサンド	きな粉 グラニュー糖 バター 食パン
15日						
16月	鮭のみそマヨ焼き 菜花の和えもの もずくのすまし汁 ごはん	マヨドレ すりごま 米	生鮭 合わせ味噌	なばな キャベツ 人参 もずく えのき茸 玉ねぎ	鶏そぼろサンド	食パン 玉ねぎ 鶏ひき肉 卸ししょうが 薄口しょうゆ 酒 ごま油 片栗粉
17火	★手羽先風からあげ ほうれん草の厚揚げ白和え 春キャベツのみそ汁 ごはん	片栗粉 油 さとう さとう すりごま 米	鶏もも肉 ちくわ 厚揚げ 白みそ 合わせ味噌	ほうれん草 人参 キャベツ まいたけ あさつき	チーズカップケーキ	小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 牛乳 バター クリームチーズ
18水	きのごミートサラダ かぶのポターージュ 食パン	油 さとう じゃが芋 マヨドレ 食パン	豚肉 牛乳	しめじ まいたけ 玉ねぎ 人参 コーン缶 かぶ	鮭チャーハン	米 サケフレーク ごま油 小松菜 しょうゆ
19木	ミートスパゲッティ 鶏の香草焼き かぼちゃサラダ オニオンスープ にんじんピラフ	スパゲッティ 油 さとう マヨドレ パン粉 バター 米	豚挽肉 粉チーズ 鶏もも肉 ツナ缶	玉ねぎ 人参 しめじ 卸しにんにく だいすトマト缶 ケチャップ パセリ 南瓜 きゅうり フロッコリー コーン缶 ピーマン パプリカ	ピザトースト	食パン ウインナー (無着色) ピーマン 玉ねぎ コーン缶 ケチャップ ピザ用チーズ
20金						
21土	おにぎり わかめのみそ汁	米 マヨドレ ごま	サケフレーク ツナ缶 合わせ味噌	刻みのり おにぎり用のり 塩昆布 乾燥わかめ 玉ねぎ	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト ビスケット
22日						
23月	カレーライス フロッコリーのおかか和え ヨーグルト	じゃが芋 黒砂糖 バター 小麦粉 油 米 さとう	豚肉 花かつお ヨーグルト	玉ねぎ 人参 アスパラガス しめじ 卸ししょうが 卸しにんにく だいすトマト缶 フロッコリー もやし	かぼちゃ蒸しパン	南瓜 小麦粉 さとう ベーキングパウダー 牛乳
24火	メカジキの磯焼き 春野菜のサラダ なめこの味噌汁 ごはん	油 小麦粉 さとう 米	さわら 赤味噌	青のり 刻みのり キャベツ フロッコリー 人参 なめこ 乾燥わかめ ねぎ	お麩のみたらし団子風	麩 油 三温糖 みりん しょうゆ 片栗粉
25水	★バリバリ春巻き丼 アスパラのマヨ和え 豆腐の中華スープ	春雨 春巻きの皮 米 ごま油 さとう 油 マヨドレ	豚ひき肉 豆腐	ピーマン 人参 しめじ 卸しにんにく アスパラガス キャベツ えのき ねぎ	豆乳黒蜜プリン	無調整豆乳 アガー グラニュー糖 水 きな粉 黒砂糖 三温糖
26木	厚揚げのカレー風味あんかけ コーンスープ ごはん	油 さとう 片栗粉 米	生揚 豚肉	人参 エリンギ 玉ねぎ ねぎ 卸しにんにく クリームコーン缶 えのき茸	わかめうどん	干めん ねぎ しょうゆ みりん だし汁 乾燥わかめ
27金	★ミートスパゲッティ オニオンスープ 食パン	スパゲッティ 油 さとう 食パン	豚挽肉 粉チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ 卸しにんにく だいすトマト缶 ケチャップ	梅ひじきおにぎり	米 ひじき みりん しょうゆ 梅干 かつおソフト削り おにぎり用のり
28土	サンドイッチ 人参スープ	食パン いちごジャム マヨドレ じゃが芋	チーズ ツナ缶 ロースハム	きゅうり 人参	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト ビスケット
29日						
30月	貝だくさん中華スープ チョレギサラダ ★ゆかりごはん	油 片栗粉 いりごま ごま油 米	豚肉 豆腐	人参 玉ねぎ 小松菜 えのき ねぎ レタス 水菜 刻みのり 卸しにんにく しそ粉	★スイートポテト	さつま芋 バター さとう 牛乳 塩
31火	鮭のみそマヨ焼き 菜花の和えもの もずくのすまし汁 ごはん	マヨドレ すりごま 米	生鮭 合わせ味噌	なばな キャベツ 人参 もずく えのき茸 玉ねぎ	鶏そぼろサンド	食パン 玉ねぎ 鶏ひき肉 卸ししょうが 薄口しょうゆ 酒 ごま油 片栗粉

* 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いある事があります。* ★はヨハネ組リクエストメニューです。