

日曜	献立名	献立材料名			おやつ	
		熱力となる食品	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	豚丼 なすのみそ汁 バナナ	しらたき 三温糖 米 じゃが芋 油	豚肉 しょうゆ 合わせ味噌 豆腐 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 白菜 なす えのき茸 バナナ 青のり	牛乳 青のりポテト	牛乳(飲料用) じゃが芋 油 塩 青のり
2火	かれの煮付け 青菜の磯あえ 大根のすまし汁 ごはん	みりん 三温糖 いりごま 米 グラニュー糖	かれの しょうゆ 白しょうゆ 牛乳(飲料用)	小松菜 もやし 刻みのり 人参 大根 えのき茸 玉ねぎ みかん缶 アガー 100%りんごジュース	牛乳 あじさいゼリー	牛乳(飲料用) かんてんばば 水 みかん缶 アガー グラニュー糖 100%りんごジュース
3水	ミートサラダ 玉ねぎのスープ 豆乳パン	じゃが芋 マヨネーズ 三温糖 豆乳パン 米 三温糖	豚肉 しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) ツナ缶 しょうゆ 花かつお	キャベツ きゅうり トマト 玉ねぎ 人参 えのき茸 刻みのり	牛乳 和風ツナおにぎり	牛乳(飲料用) ツナ缶 しょうゆ 刻みのり 花かつお 米 三温糖
4木	鶏肉の甘酢炒め たまごスープ ごはん	油 三温糖 片栗粉 米	鶏肉 しょうゆ 卵 薄口しょうゆ 豆腐 牛乳(飲料用)	玉ねぎ しめじ ブロッコリー 人参 南瓜 えのき茸	牛乳 菓子ゼリー	牛乳(飲料用) 菓子ゼリー
5金	豚肉の生姜焼き マカロニサラダ わかめのみそ汁 ごはん	油 みりん 三温糖 片栗粉 マカロニ オリーブオイル 米 ごま油 小麦粉 三温糖	豚肉 しょうゆ 赤みそ 牛乳(飲料用) 豚挽肉 しょうゆ	玉ねぎ 卸ししょうが きゅうり コーン缶 人参 大根 あさつき 乾燥わかめ 玉ねぎ	牛乳 肉まん風蒸しパン	牛乳(飲料用) 豚挽肉 玉ねぎ ごま油 小麦粉 ベーキングパウダー しょうゆ 三温糖 水
6土	焼肉丼 ブロッコリーサラダ	三温糖 みりん 米 わらびもち粉 黒砂糖 三温糖	豚肉 しょうゆ しょうゆ 牛乳(飲料用) きな粉	人参 もやし なら 卸しにんにく ブロッコリー キャベツ 塩昆布	牛乳 黒糖わらびもち	牛乳(飲料用) わらびもち粉 黒砂糖 三温糖 きな粉 水
7日						
8月	かみかみトマトスープ 南瓜サラダ ロールパン	油 三温糖 マヨネーズ ロールパン 米 いりごま みりん	鶏肉 牛乳(飲料用)	人参 玉ねぎ キャベツ 切干大根 トマト缶 ケチャップ 南瓜 きゅうり 大葉 梅干	牛乳 うめえごはん	牛乳(飲料用) 米 いりごま 大葉 みりん 梅干
9火	肉豆腐 水菜のサラダ 冬瓜汁 ごはん	三温糖 みりん こんにやく いりごま 米 小麦粉 バター グラニュー糖	豚肉 焼き豆腐 しょうゆ しょうゆ 白しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 白菜 しめじ ねぎ 水菜 もやし キャベツ 冬瓜 あさつき えのき茸 オレンジジュース	牛乳 オレンジケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー バター オレンジジュース グラニュー糖
10水	メカジキのみぞれ煮 もやしのあえもの キャベツのみそ汁 ごはん	三温糖 片栗粉 みりん 米 小麦粉 三温糖 油	メカジキ しょうゆ 薄口しょうゆ ちくわ 合わせ味噌 油揚 牛乳(飲料用)	卸ししょうが 大根 人参 もやし 小松菜 キャベツ 玉ねぎ	牛乳 ちんすこう	牛乳(飲料用) 小麦粉 三温糖 油 塩
11木	ハヤシライス キャベツサラダ シリアルヨーグルト	ハヤシルウ 油 三温糖 コンフレック グラニュー糖 食パン バター グラニュー糖	豚肉 ツナ缶 しょうゆ プレーンヨーグルト 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし	牛乳 ココアシュガートースト	牛乳(飲料用) 食パン バター グラニュー糖 純ココア
12金	タンドリーチキン ブロッコリーサラダ えのきのスープ ごはん	三温糖 米 米	鶏肉 プレーンヨーグルト しょうゆ しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 花かつお 薄口しょうゆ	卸しにんにく ケチャップ 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ もやし 大根 えのき茸 白菜 塩昆布	牛乳 塩昆布おかかおにぎり	牛乳(飲料用) 米 花かつお 塩昆布 薄口しょうゆ
13土	かしわうどん ほうれん草のごまあえ	干めん みりん すりごま 三温糖 ホットケーキミックス 油 グラニュー糖	鶏肉 油揚 しょうゆ かまぼこ 牛乳(飲料用) 牛乳	あさつき ほうれん草 もやし	牛乳 スコーン	牛乳(飲料用) ホットケーキミックス 油 牛乳 グラニュー糖
14日						
15月	豚丼 なすのみそ汁 バナナ	しらたき 三温糖 米 じゃが芋 油	豚肉 しょうゆ 合わせ味噌 豆腐 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 白菜 なす えのき茸 バナナ 青のり	牛乳 青のりポテト	牛乳(飲料用) じゃが芋 油 塩 青のり
16火	鶏肉の甘酢炒め たまごスープ ごはん	油 三温糖 片栗粉 米 三温糖	鶏肉 しょうゆ 卵 薄口しょうゆ 豆腐 牛乳(飲料用) ツナ缶 しょうゆ 花かつお	玉ねぎ しめじ ブロッコリー 人参 南瓜 えのき茸 刻みのり	牛乳 和風ツナおにぎり	牛乳(飲料用) ツナ缶 しょうゆ 刻みのり 花かつお 三温糖
17水	鯖のみそ焼き 切干大根の炒め煮 ほうれん草のすまし汁 ごはん	三温糖 みりん 米 グラニュー糖	さば(骨なし切身) 合わせ味噌 しょうゆ 油揚 白しょうゆ 牛乳(飲料用) プレーンヨーグルト	しめじ 小松菜 切干大根 ほうれん草 えのき茸 玉ねぎ みかん缶 バナナ パイン缶	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳(飲料用) みかん缶 バナナ パイン缶 プレーンヨーグルト グラニュー糖
18木	ミートサラダ 玉ねぎのスープ 豆乳パン	じゃが芋 マヨネーズ 豆乳パン 米 ごま油 三温糖	豚肉 しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) しょうゆ 花かつお	キャベツ きゅうり トマト 玉ねぎ 人参 えのき茸 人参	牛乳 人参ごはん	牛乳(飲料用) 米 人参 しょうゆ ごま油 三温糖 花かつお スープの素
19金	鶏の照り焼き ジャーマンポテト 白菜のみそ汁 ごはん	みりん 三温糖 じゃが芋 油 米 ごま油 小麦粉 三温糖	しょうゆ 鶏肉 ワインナー 合わせ味噌 牛乳(飲料用) 豚挽肉 しょうゆ	玉ねぎ 卸しにんにく 白菜 あさつき もやし 玉ねぎ	牛乳 肉まん風蒸しパン	牛乳(飲料用) 豚挽肉 玉ねぎ ごま油 小麦粉 ベーキングパウダー しょうゆ 三温糖 水
20土	焼肉丼 ブロッコリーサラダ	三温糖 みりん 米	豚肉 しょうゆ しょうゆ 牛乳(飲料用) ヨーグルト	人参 もやし なら 卸しにんにく ブロッコリー キャベツ 塩昆布	牛乳 菓子 ヨーグルト	牛乳(飲料用) 菓子 ヨーグルト
21日						
22月	豚肉の生姜焼き マカロニサラダ わかめのみそ汁 ごはん	油 みりん 片栗粉 マカロニ 三温糖 オリーブオイル 米 いりごま みりん	豚肉 しょうゆ 赤みそ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 卸ししょうが きゅうり コーン缶 人参 大根 あさつき 乾燥わかめ 大葉 梅干	牛乳 うめえごはん	牛乳(飲料用) 米 いりごま 大葉 みりん 梅干
23火	肉豆腐 水菜のサラダ 冬瓜汁 ごはん	三温糖 みりん こんにやく いりごま 米 小麦粉 バター グラニュー糖	豚肉 焼き豆腐 しょうゆ しょうゆ 白しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 白菜 しめじ ねぎ 水菜 もやし キャベツ 冬瓜 あさつき えのき茸 オレンジジュース	牛乳 オレンジケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー バター オレンジジュース グラニュー糖
24水	メカジキのみぞれ煮 もやしのあえもの キャベツのみそ汁 ごはん	三温糖 片栗粉 みりん 米 米	メカジキ しょうゆ 薄口しょうゆ ちくわ 合わせ味噌 油揚 牛乳(飲料用) 花かつお 薄口しょうゆ	卸ししょうが 大根 人参 もやし 小松菜 キャベツ 玉ねぎ 塩昆布	牛乳 塩昆布おかかおにぎり	牛乳(飲料用) 米 花かつお 塩昆布 薄口しょうゆ
25木	ハヤシライス キャベツサラダ すいか	ハヤシルウ 油 三温糖 食パン バター グラニュー糖	豚肉 ツナ缶 しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし すいか	牛乳 ココアシュガートースト	牛乳(飲料用) 食パン バター グラニュー糖 純ココア
26金	かみかみトマトスープ 南瓜サラダ ミルクロールパン	油 三温糖 マヨネーズ ミルクロール	鶏肉 牛乳(飲料用)	人参 玉ねぎ キャベツ 切干大根 トマト缶 ケチャップ 南瓜 きゅうり バナナ	牛乳 バナナ クラッカー	牛乳(飲料用) バナナ クラッカー
27土	かしわうどん ほうれん草のごまあえ	干めん みりん すりごま 三温糖 わらびもち粉 黒砂糖 三温糖	鶏肉 油揚 しょうゆ かまぼこ 牛乳(飲料用) きな粉	あさつき ほうれん草 もやし	牛乳 黒糖わらびもち	牛乳(飲料用) わらびもち粉 黒砂糖 三温糖 きな粉 水
28日						
29月	タンドリーチキン ブロッコリーサラダ えのきのスープ ごはん	三温糖 米 グラニュー糖	鶏肉 プレーンヨーグルト しょうゆ しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) プレーンヨーグルト	卸しにんにく ケチャップ 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ もやし 大根 えのき茸 白菜 みかん缶 バナナ パイン缶	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳(飲料用) みかん缶 バナナ パイン缶 プレーンヨーグルト グラニュー糖
30火	鯖のみそ焼き 切干大根の炒め煮 ほうれん草のすまし汁 ごはん	三温糖 みりん 米 食パン 三温糖	さば(骨なし切身) 合わせ味噌 しょうゆ 油揚 白しょうゆ 牛乳(飲料用) きな粉 牛乳	しめじ 小松菜 切干大根 ほうれん草 えのき茸 玉ねぎ	牛乳 きな粉クリームサンド	牛乳(飲料用) きな粉 食パン 三温糖 牛乳

※献立は都合により変わる場合があります。
 ※2日誕生日会献立です。
 ※未満児組は午前中に牛乳と補食があります。