

日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ	日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ
		熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える				熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える	
1 (木)	わかめおにぎり	米 35	わかめ 0.3		アメリカンドッグ ホットケーキミックス ウイナー (卵不使用) 揚げ油	16 (金)	ご飯	米 70		おかし アンパンマン ソフトせんべい	
	肉うどん	うどん 100	鶏肉 35	玉ねぎ 30 人参 15 ほうれん草 10			おかし				
	鶏ささみの胡麻和え		鶏ささみ 15	キャベツ 20 胡瓜 10 人参 10	牛乳		鶏挽肉 10	大根 40 人参 10 グリーンピース 5	牛乳		
	バナナ		バナナ 40				グレープフルーツ	きざみ揚げ 6	グレープフルーツ 30		
2 (金)	やこめご飯	米 65	大豆 10 しらす 10 ひじき 0.2	人参 8	さつまいもの 鬼蒸しまんじゅう さつまいも、牛乳 ホットケーキミックス 上白糖	17 (土)	ご飯	米 70		おかし たべっ子どうぶつ	
	厚揚げのそぼろ煮		厚揚げ 35 豚挽肉 30	玉ねぎ 30 人参 10 グリーンピース 5			鶏肉 35	人参 20 ごぼう 10 グリーンピース 5			
	オクラとコーンの和え物			オクラ 30 コーン 10			しらす 10	ほうれん草 40 人参 10			
	白菜の味噌汁			白菜 18 玉ねぎ 10			きざみ揚げ 6	大根 18 ねぎ 2			
	オレンジ		オレンジ 30		牛乳		りんご	りんご 30	牛乳		
3 (土)	中華丼	米 70	豚肉 40	玉ねぎ 25 人参 15 チンゲンサイ 10 白菜 15 干しいたけ 0.5	おかし ホームパイ	19 (月)	ご飯	米 70		セサミクッキー ホットケーキミックス 上白糖、牛乳 バター、すりごま	
	もやしと胡瓜の和え物		鶏ささみ 6	もやし 35 胡瓜 10 人参 10			豚肉 60	玉ねぎ 30 人参 10 キャベツ 35 胡瓜 10 人参 10			
	わかめのスープ		わかめ 0.4	コーン 6 りんご 30			小松菜の味噌汁	小松菜 18 大根 10			
	りんご		りんご 30		牛乳		オレンジ	オレンジ 30	牛乳		
5 (月)	カレーの煮つけ	米 70	カレー 60		レモンケーキ ホットケーキミックス マヨネーズ、牛乳 上白糖、サラダ油 レモン果汁	20 (火)	ご飯	米 70		おかし ホームパイ	
	炒り豆腐		豆腐 40	人参 8 干しいたけ 0.5 キヌサヤ 5			豚肉 35	玉ねぎ 20 人参 10 干しいたけ 0.5			
	小松菜の味噌汁			小松菜 18 玉ねぎ 10			豆腐 40	大根 40 胡瓜 10 コーン 10			
	オレンジ			オレンジ 30			マヨネーズ 6 (卵不使用)	大根 10 もやし 18 玉ねぎ 10 バナナ 40			
6 (火)	鶏肉のみそマヨ焼き	米 70	鶏肉 80		おかし 前田のクラッカー	21 (水)	ご飯	米 70		チーズいももち じゃがいも、片栗粉 チーズ	
	ほうれん草のお浸し	マヨネーズ 6 (卵不使用)	鶏肉 80	ほうれん草 40 人参 10			きざみ揚げ 8	ごぼう 10 人参 10 いんげん 6			
	大根のすまし汁		豆腐 10	大根 18 グレープフルーツ 30			赤魚の照り焼き	赤魚 60	白菜 40 人参 10		
	グレープフルーツ						白菜のお浸し	焼きちくわ 8	白菜 40 人参 10		
	花魁のすまし汁	花魁 1	わかめ 0.2		牛乳		グレープフルーツ	グレープフルーツ 30	牛乳		
7 (水)	塩ラーメン	ラーメン 100	鶏肉 40	玉ねぎ 15 人参 8 もやし 20 コーン 8	きな粉蒸しパン ホットケーキミックス 牛乳、上白糖、きな粉	22 (木)	豚丼	米 70 糸こんにゃく 10	豚肉 40	玉ねぎ 30 人参 15 干しいたけ 1	マカロニきな粉 マカロニ、上白糖 きな粉
	さつまいもの甘煮	さつまいも 40		白菜 45 人参 10 胡瓜 10			いんげんの胡麻和え	焼きちくわ 8	いんげん 35 人参 10		
	白菜のツナ和え		ツナ 6	白菜 45 人参 10 胡瓜 10			大根の味噌汁	きざみ揚げ 6	大根 18 ねぎ 2		
	バナナ			バナナ 40			オレンジ	オレンジ 30			
8 (木)	ブルコギ	米 70	牛肉 40	玉ねぎ 20 人参 15 ピーマン 10 赤ピーマン 8	おかし マリビスケット	24 (土)	おかかおにぎり	米 35	かつおぶし 0.5	おかし マリビスケット	
	小松菜の和え物	マヨネーズ 6 (卵不使用)	鶏肉 80	小松菜 25 キャベツ 25 人参 10			うどん 100	豚肉 40	玉ねぎ 25 人参 10 白菜 15 干しいたけ 0.5		
	玉ねぎのスープ			玉ねぎ 18 コーン 6			じゃがいもの煮物	じゃがいも 40	焼きちくわ 8		人参 10 グリーンピース 8
	オレンジ			オレンジ 30			りんご		りんご 30		
9 (金)	ロールパン	ロールパン 40 (卵不使用)			お茶	26 (月)	ご飯	米 70		おかし 五穀ビスケット	
	鶏肉のクリームシチュー	じゃがいも 20	鶏肉 40 牛乳 10	玉ねぎ 20 人参 10			鶏肉とじゃがいもの 甘辛炒め	じゃがいも 15	鶏肉 45		玉ねぎ 20 人参 10 いんげん 6
	ウイナー		ウイナー (卵不使用)				春雨のマヨネーズ和え	春雨 6 マヨネーズ 5 (卵不使用)	鶏ささみ 6		人参 10 胡瓜 10
	ブロッコリーの和え物			ブロッコリー 35 人参 10 コーン 6			わかめのすまし汁		わかめ 0.2 豆腐 10		
	バナナ		バナナ 40		牛乳		グレープフルーツ	グレープフルーツ 30	牛乳		
10 (土)	チキンライス	米 70	鶏肉 35	玉ねぎ 20 人参 15 グリーンピース 5 コーン 10	おかし エースコイン	27 (火)	醤油ラーメン	ラーメン 100 (卵不使用)	豚肉 35	玉ねぎ 15 人参 10 キャベツ 15 もやし 10	メロンパン風トースト 食パン (卵不使用) ホットケーキミックス 牛乳、バター、上白糖
	ポテトサラダ	じゃがいも 40 マヨネーズ 5 (卵不使用)		人参 10 胡瓜 10			さつまいものサラダ	さつまいも 32 マヨネーズ 6 (卵不使用)		胡瓜 10 コーン 10	
	キャベツのスープ			キャベツ 18 玉ねぎ 8			高野豆腐の煮物	高野豆腐 6	人参 10 いんげん 5		
	りんご			りんご 30			バナナ		バナナ 40		
13 (火)	ツナピラフ	米 60	ツナ 20	玉ねぎ 20 人参 10 コーン 10 グリーンピース 5	いちごジャムサンド 食パン (卵不使用) いちごジャム	28 (水)	ご飯	米 70		麩のラスク 麩、上白糖、バター	
	鶏肉の照り焼き		鶏肉 60				きわらのごまだれ焼き	きわら 60	人参 10 いんげん 6		
	マッシュポテト	じゃがいも 40					ひじきの煮	ひじき 2.3	人参 10 いんげん 5		
	大根サラダ			大根 35 胡瓜 10 人参 10			大根のすまし汁	きざみ揚げ 10	大根 18 小松菜 10		
	ほうれん草のスープ			ほうれん草 18 玉ねぎ 10	オレンジ		オレンジ 30	牛乳			
	ジョア		ジョア 80		牛乳				牛乳		
14 (水)	豚肉の味噌炒め	米 70	豚肉 40	玉ねぎ 20 人参 8 キャベツ 15 もやし 10	シュガーパイ パイシート (卵不使用) グラニュー糖	29 (木)	ご飯	米 70		おかし たべっ子どうぶつ	
	ひじきのマヨサラダ	マヨネーズ 5 (卵不使用)	ひじき 1.5 焼きちくわ 4	人参 10 コーン 8 いんげん 8			ポークチャップ	豚肉 45	玉ねぎ 30 人参 10 しめじ 10		
	豆腐のすまし汁		豆腐 18	小松菜 10			ブロッコリーのおかか和え		ブロッコリー 40 人参 10		
	オレンジ		オレンジ 30				白菜のスープ		白菜 18 大根 10		
	バナナ		バナナ 40		牛乳		バナナ	バナナ 40	牛乳		
15 (木)	ミートソーススパゲティ	スパゲティ 120	合挽 35	玉ねぎ 25 人参 20 グリーンピース 8 トマト缶 10	スイートポテト さつまいも、牛乳 上白糖、バター	30 (金)	さつまいもの和え物	鶏ささみ 8	ブロッコリー 35 人参 10	牛乳	
	ブロッコリーの胡麻和え			ブロッコリー 35 人参 10							
	白菜のスープ			白菜 18 玉ねぎ 10							
	バナナ			バナナ 40							



☆乳児は10時におやつがあります。
 ☆食材の価格や入荷状況、行事などにより記載の量と差が生じたり、食材や献立変更になる場合があることをご了承ください。
 ☆材料(食品名)の中には、調味料は記載していません。