

日付 (曜日)	献立名	材料名						日付 (曜日)	献立名	材料名							
		熱や力になる		からだをつくる		体の調子を整える				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	
1 (水)	わかめおにぎり	米	35	わかめ	0.3	玉ねぎ	25	米粉いちご蒸しパン	ご飯	米	70	鶏挽肉	40	玉ねぎ	15	おかし ホームバイ 小麦× 小麦×	
	肉うどん	うどん	120	豚肉	35	人参	10	※粉、ペーキングパウダー	豆腐とひじきのつくね	豆腐	40	人参	10	人参	10		
	鶏ささみの胡麻和え	鶏ささみ	15	キャベツ	20	ほうれん草	15	上白糖、牛乳	ひじき	1	かつおぶし	0.5	ブロッコリー	40	人参		10
	バナナ					胡瓜	10	ストロベリーソース	白菜の味噌汁		刻み揚げ	8	白菜	20	青ねぎ		2
2 (木)	鶏肉のごまみそ焼き	米	70	鶏肉	80	小松菜	25	おかし	ご飯	米	70	豚挽肉	40	人参	20	りんごゼリー りんごジュース 寒天	
	小松菜の和え物					白菜	30	たべっ子どうぶつ	麻婆豆腐			豆腐	40	干しいたけ	0.5		
	豆腐のすまし汁					人参	10	小麦×	春雨サラダ	春雨	6	鶏ささみ	6	胡瓜	10		
	オレンジ					オレンジ	30	ハイハインに変更	小松菜のスープ				小松菜	18	コーン		10
7 (火)	鶏の西京焼き	米	70	鶏肉	80	人参	8	大学芋	ご飯	米	70	鶏肉	80	人参	10	フルーツヨーグルト ヨーグルト、上白糖 ストロベリーソース みかん缶 乳× ヨーグルト→寒天に変更	
	炒り豆腐					干しいたけ	0.5	さつまいも、サラダ油	鶏肉のごまみそ焼き			切干大根	3.5	人参	10		
	わかめのすまし汁					大根	10	上白糖、しょうゆ	切干大根の煮物			刻み揚げ	10	干しいたけ	0.5		
	オレンジ					オレンジ	30	みりん、黒ごま	わかめのすまし汁			わかめ	0.4	豆腐	18		
8 (水)	そぼろ丼	米	70	鶏挽肉	40	玉ねぎ	20	ピザパン	ひじきの混ぜご飯	米	70	ひじき	1	人参	10	おかし 前田のクラッカー 小麦× 小魚家族に変更	
	キャベツの甘酢和え					人参	15	食パン、ケチャップ	カレーの煮つけ			刻み揚げ	8	いんげん	5		
	小松菜の味噌汁					いんげん	10	ピーマン、玉ねぎ	さつまいものサラダ	さつまいも	30	マヨネーズ	6	胡瓜	10		
	バナナ					バナナ	40	小麦×	ほうれん草の味噌汁					ほうれん草	18		
9 (木)	豚肉とじゃがいもの 甘辛炒め	米	70	豚肉	45	玉ねぎ	20	おかし	ご飯	米	70	牛肉	40	玉ねぎ	20	ポテトフライ (あおさ) じゃがいも、サラダ油 塩、あおさ	
	ブロッコリーの和え物					人参	10	マリービスケット	チンジャオロース			牛肉	40	人参	15		
	大根のすまし汁					キャベツ	15	小麦×	鶏肉のごまみそ焼き			切干大根	3.5	人参	10		
	グレープフルーツ					人参	10	おこさませんべいに変更	切干大根の煮物			刻み揚げ	10	干しいたけ	0.5		
10 (金)	みそラーメン	ラーメン (卵不使用)	120	鶏肉	30	玉ねぎ	10	牛しぐれおにぎり	豚丼	米	70	豚肉	40	玉ねぎ	30	おかし エースコイン 小麦× 小麦×	
	高野豆腐の煮物					人参	8	米、牛挽肉	ほうれん草のお浸し			ほうれん草	8	ほうれん草	4		
	白菜の和え物					もやし	10	しょうゆ、上白糖	じゃがいもの味噌汁	じゃがいも	18	焼きちくわ	8	人参	10		
	バナナ					人参	10	小麦×	バナナ				バナナ	40			
11 (土)	チキンライス	米	70	鶏肉	45	玉ねぎ	20	おかし	焼きそば	焼きそば	100	豚肉	50	玉ねぎ	20	おかし マリービスケット 小麦× 野菜家族に変更	
	コールスローサラダ	マヨネーズ	6	キャベツ	35	人参	10	アンパンマン	ポテトサラダ	じゃがいも	38	マヨネーズ	6	胡瓜	10		
	じゃがいものスープ	じゃがいも	18	人参	10	人参	10	ソフトせんべい	豆腐のスープ			豆腐	20	わかめ	0.2		
	バナナ					ほうれん草	10	小麦×	バナナ				バナナ	40			
13 (月)	鶏のごまだね焼き	米	70	鶏	60	人参	10	フルーツサンド	ご飯	米	70	豚肉	35	玉ねぎ	20	ようかん こしあん、寒天	
	ひじき煮					人参	10	食パン、ホイップ	ポークビーンズ	ポークビーンズ	70	豚肉	35	人参	10		
	じゃがいもの味噌汁	じゃがいも	18	人参	10	人参	10	みかん缶、バナナ	キャベツのおかか和え			焼きちくわ	6	キャベツ	35		
	バナナ					人参	10	黄桃缶	玉ねぎのスープ			かつおぶし	0.5	胡瓜	6		
14 (火)	ごぼうピラフ	米	60	ウインナー	5	ごぼう	10	高野豆腐のラスク	しょうゆラーメン	ラーメン	100	鶏肉	30	玉ねぎ	10	コーンフレックおこし コーンフレック マッシュマロ(卵不使用) バター	
	鶏肉の照り焼き					玉ねぎ	15	高野豆腐、上白糖	ごぼうとささみのサラダ	マヨネーズ	6	鶏ささみ	6	ごぼう	25		
	マッシュポテト	じゃがいも	40	人参	10	人参	10	牛乳、きな粉	バナナ				胡瓜	10			
	ドレッシングサラダ					人参	10	牛乳	バナナ				人参	10			
15 (水)	豚肉の味噌炒め	米	70	豚肉	50	玉ねぎ	20	おかし	豚肉の生姜炒め	米	70	豚肉	60	玉ねぎ	30	おかし ホームバイ 小麦× 野菜家族に変更	
	オクラの和え物					人参	8	たべっ子どうぶつ	厚揚げのそぼろ煮			豚厚揚げ	35	人参	10		
	豆腐のすまし汁					人参	10	小麦×	ブロッコリーツナ和え			豚挽肉	35	人参	10		
	グレープフルーツ					人参	10	おこさませんべいに変更	白菜の味噌汁				白菜	18			
16 (木)	ミートソースパゲティ	スパゲティ	120	合挽	40	玉ねぎ	30	きつねおにぎり	ご飯	米	70	鶏	60	人参	10	チーズいももち じゃがいも、片栗粉 チーズ	
	大根のツナ和え					人参	5	米、刻み揚げ	鶏のみそ焼き			鶏	60	人参	10		
	ほうれん草のスープ					人参	10	しょうゆ、砂糖、いりごま	白菜の煮浸し			刻み揚げ	10	白菜	35		
	バナナ					人参	10	牛乳	小松菜のすまし汁				小松菜	18			
17 (金)	すき焼き風煮	米	70	牛肉	40	玉ねぎ	25	おかし	ご飯	米	70	豚肉	60	玉ねぎ	30	おかし ホームバイ 小麦× 野菜家族に変更	
	いんげんの胡麻和え					人参	10	五穀ビスケット	ほうれん草のなめ煮和え				ほうれん草	40			
	わかめの味噌汁					人参	10	小麦×	豆腐の味噌汁			豆腐	18	玉ねぎ	10		
	オレンジ					人参	10	ハイハインに変更	グレープフルーツ				青ねぎ	2			

☆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、調味料は記載しておりません。