

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 (土)	ご飯	米	70		おかし ホームパイ 小麦× 小魚家族に変更	15 (土)	ご飯	米	70	牛乳	牛乳															
	豚肉の味噌炒め			豚肉			40	玉ねぎ	20			人参	10	キャベツ	15	もやし	15									
	さつまいものサラダ	さつまいも	30	マヨネーズ			5	(卵不使用)	胡瓜			10	コーン	10												
	豆腐のすまし汁			豆腐	22	わかめ	0.2																			
3 (月)	ご飯	米	70		麩のラスク (きな粉) 麩、上白糖 バター、きな粉 小麦× 麩→高野豆腐に変更	17 (月)	ご飯	米	70	牛乳	牛乳															
	鶏肉の甘辛炒め	じゃがいも	25	鶏肉			45	玉ねぎ	20			人参	10	キャベツ	10											
	胡瓜とわかめの酢の物			わかめ			0.3	胡瓜	40			ほうれん草	18	玉ねぎ	10											
	ほうれん草の味噌汁							ほうれん草	18			玉ねぎ	10	オレング	30											
	オレング					オレング	30																			
4 (火)	しょうゆラーメン	ラーメン	120	豚肉	35	玉ねぎ	10	人参	10	もやし	8	コーン	8	ポテトフライ (コンソメ) じゃがいも、コンソメ 揚げ油	18 (火)	ロールパン	ロールパン	40								プリン プリン、牛乳 乳× ゼリーに変更
	キャベツの胡麻和え			焼きちくわ	10	キャベツ	35	胡瓜	10																	
	高野豆腐の煮物			高野豆腐	6	人参	10	いんげん	5																	
	バナナ					バナナ	40																			
	マッシュポテト			じゃがいも	40					あおき粉	0.1															
	ブロッコリーの和え物									ブロッコリー	30	人参	10	コーン	10											
	冬野菜スープ									白菜	15	大根	8	ほうれん草	8											
	ヤクルト									ヤクルト	65															
5 (水)	ご飯	米	70		おかし 五穀ビスケット 小麦× おこさませんべいに変更	19 (水)	塩ラーメン	ラーメン	120	(卵不使用)	鶏肉	35	玉ねぎ	12	人参	8	もやし	10	キャベツ	8	鶏そぼろおにぎり 米、鶏挽肉 しょうゆ、上白糖					
	切干大根のツナ和え			ツナ			4.7	切干大根	4	胡瓜	10	人参	10	いんげん	8											
	もやしのスープ							もやし	18	コーン	5															
	みかん							みかん	30																	
		さつまいもの甘煮							さつまいも	40			ひじき	2.5	人参	10	コーン	8	いんげん	8						
	バナナ					バナナ	40																			
6 (木)	ご飯	米	70		ピザパン 食パン (卵不使用) ピーマン、玉ねぎ ケチャップ、チーズ 小麦× 食パン→じゃがいもに変更	20 (木)	ご飯	米	70												おかし ホームパイ 小麦× アンパンマンペビーせんべい に変更					
	さわらのみそ焼き			さわら			60	じゃがいも	20	豚肉	40	玉ねぎ	20	人参	10	大根	40	コーン	10	胡瓜		10				
	ひじきと大豆の煮物			ひじき			2	人参	10	いんげん	5															
	白菜のすまし汁							白菜	15	大根	10															
	キャベツのスープ					キャベツ	12	玉ねぎ	10																	
	グレープフルーツ					グレープフルーツ	30																			
7 (金)	豚丼	米	70	豚肉	40	玉ねぎ	30	人参	15	干ししいたけ	1			おかし 前田クラッカー 小麦× アンパンマンペビーせんべい に変更	21 (金)	ご飯	米	70								コーンマヨトースト 食パン (卵不使用)、コーン マヨネーズ (卵不使用) 小麦× 食パン→じゃがいもに変更
	ほうれん草のえのき和え					ほうれん草	40	人参	10	えのき	10															
	わかめの味噌汁			わかめ	0.4	豆腐	15																			
	バナナ					バナナ	40																			
	鶏ごぼうピラフ	米	70	鶏肉	45	ごぼう	15	玉ねぎ	20	人参	15	コーン	15	いんげん	10											
	春雨のマヨネーズ和え	春雨	6	マヨネーズ	5	(卵不使用)	人参	10	胡瓜	10																
	小松菜のスープ	じゃがいも	8			小松菜	18																			
	わかめおにぎり	米	40	わかめ	0.3																					
	肉うどん	うどん	120	豚肉	35	玉ねぎ	15	人参	8	ほうれん草	10															
	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															
	バナナ					バナナ	40																			
8 (土)	ご飯	米	70		おかし たべっ子どうぶつ 小麦× 野菜家族に変更	22 (土)	そばろ丼	米	70	鶏挽肉	45	玉ねぎ	20	人参	15	コーン	15	いんげん	10		おかし 五穀ビスケット 小麦× おこさませんべいに変更					
	かぼちゃの煮物							かぼちゃ	55																	
	ほうれん草の味噌汁							ほうれん草	18																	
								刻み揚げ	8																	
	鶏ひじきご飯	米	70	鶏肉	15	人参	8	いんげん	5																	
	カレーの煮つけ					カレー	60																			
	ブロッコリーのマヨネーズ和え	マヨネーズ	5	(卵不使用)		ブロッコリー	30	人参	10	コーン	10															
	白菜の味噌汁					白菜	18	玉ねぎ	10	青ねぎ	2															
	オレング					オレング	30																			
	ミートソーススパゲティ	スパゲティ	120	合挽	40	玉ねぎ	30	人参	20	グリーンピース	8	トマト缶	10													
	キャベツのツナ和え			ツナ	4.7	キャベツ	35	胡瓜	10	人参	10															
	小松菜のスープ					小松菜	17	コーン	8																	
	バナナ					バナナ	40																			
10 (月)	ご飯	米	70		さつまいもようかん さつまいも、上白糖 寒天	25 (火)	鶏ひじきご飯	米	70	鶏肉	15	人参	8	いんげん	5					おかし たべっ子どうぶつ 小麦× 小魚家族に変更						
	カレーの煮つけ							カレー	60																	
	ブロッコリーのマヨネーズ和え	マヨネーズ	5	(卵不使用)				ブロッコリー	30	人参	10	コーン	10													
	白菜の味噌汁							白菜	18	玉ねぎ	10	青ねぎ	2													
	オレング					オレング	30																			
	ミートソーススパゲティ	スパゲティ	120	合挽	40	玉ねぎ	30	人参	20	グリーンピース	8	トマト缶	10													
	キャベツのツナ和え			ツナ	4.7	キャベツ	35	胡瓜	10	人参	10															
	小松菜のスープ					小松菜	17	コーン	8																	
	バナナ					バナナ	40																			
12 (水)	ご飯	米	70		おかし マリービスケット 小麦× 小魚家族に変更	26 (水)	鮭のマヨコーン焼き	マヨネーズ	7	(卵不使用)	鮭×鶏肉に変更	コーン	7			ねぎみそおにぎり 米、青ねぎ、みそ 上白糖、みりん										
	切干大根の煮物			刻み揚げ			8	切干大根	3.5	人参	10	いんげん	5	干ししいたけ	0.5											
	じゃがいもの味噌汁	じゃがいも	18	豆腐			15																			
	グレープフルーツ							グレープフルーツ	30																	
	ハヤシライス (小麦不使用)	米	70	牛肉	40	玉ねぎ	20	人参	10	しめじ	10			おかし エースコイン 小麦× 野菜家族に変更												
ブロッコリーの和え物					ブロッコリー	40	人参	10																		
ウインナー			ウインナー	15	(卵不使用)																					
バナナ					バナナ	40																				
	豚肉の生姜炒め	米	70	豚肉	60	玉ねぎ	30	人参	10					シュガーパイ パイシート (卵不使用) グラニュー糖 小麦× コーンフレークおこしに変更												
キャベツの甘酢和え					キャベツ	35	胡瓜	10	人参	10																
小松菜のすまし汁					小松菜	18	白菜	10	オレング	30																
オレング					オレング	30																				
	ご飯	米	70		牛乳	28 (金)	ひなちらし	米	70	高野豆腐	3	干ししいたけ	1	人参	15	コーン	6	キヌサヤ	5	三色ミルクゼリー 牛乳、寒天 ストロベリーソース ほうれん草 乳× 牛乳一除去						
鶏肉の照り焼き							鶏肉	60																		
オクラのおかか和え							かつおぶし	0.5	オクラ	30	人参	10	大根	10												
豆腐のすまし汁							豆腐	22	大根	10	バナナ	40														
	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。

