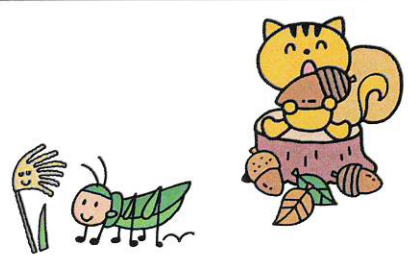


月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			鶏肉の照り焼き 鶏もも肉・酒・しょうゆ・三温糖・酢・水 金時豆煮 金時豆・しょうゆ・三温糖・塩 ナムル キャベツ・もやし・ニラ・しょうゆ・三温糖 ごま油 清汁 豆腐・えのき・水菜・しょうゆ・塩	豚肉のトマトソース煮 豚肉・玉ねぎ・ピーマン・しょうゆ・三温糖・酒 ホールトマト・オリーブ油 三宝菜 チンゲン菜・人参・エリンギ・塩麴・三温糖 しょうゆ・片栗粉・ごま油 お豆のサラダ 水煮大豆・パプリカ(赤)・ブロッコリー・しょうゆ 三温糖・べんり酢・オリーブ油 みそ汁 かぶ・ほうれん草・みそ	和風スパゲティ ベーコン・玉ねぎ・人参・小松菜・しめじ・しょうゆ みりん・酒・塩・油・スパゲティ 清汁 かぼちゃ・白菜・しょうゆ・塩
5	6	7	8	9	10
ピラフごはん ツナ・玉ねぎ・コーン・三度豆・しょうゆ・みりん さばのカレー竜田焼き さば・塩麴・しょうゆ・三温糖・カレー粉・片栗粉 梅和え ほうれん草・キャベツ・人参・梅肉・しょうゆ スープ じゃがいも・レタス・しょうゆ・塩・コンソメ もちりチーズパン 牛乳 ホットケーキmix・白玉粉・チーズ・牛乳・水	豚肉の甘酢炒め 豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうゆ・三温糖 酢・酒・油・片栗粉 焼きれんこん れんこん・しょうゆ・三温糖 香りしめじ チンゲン菜・もやし・人参・しょうゆ・ごま油 みそ汁 かぼちゃ・切り干し大根・みそ	鶏肉のママレード焼き 鶏もも肉・ママレード・しょうゆ・塩麴 じゃがいものソテー じゃがいも・人参・マッシュルーム・バター しょうゆ・三温糖・酒・油・みりん・酢 じゃこサラダ キャベツ・玉ねぎ・パプリカ(赤)・ちりめんじゃこ しょうゆ 清汁 春雨・人参・コーン・しょうゆ・塩	白身魚の磯辺焼き 白身魚・しょうゆ・みりん・酒・青のり・片栗粉 なすのそぼろ煮 豚ミンチ・なす・玉ねぎ・しょうゆ・三温糖 片栗粉 ごまマヨ和え 大根・水菜・わかめ・人参・マヨドレ・しょうゆ ごま みそ汁 里芋・ごぼう・みそ	厚揚げの味噌煮 厚揚げ・鶏ミンチ・白ねぎ・人参・生姜・みそ しょうゆ・三温糖・酒・油 かぼちゃ煮 かぼちゃ・しょうゆ・三温糖 酢の物 小松菜・えのき・人参・しょうゆ・酢・べんり酢 スープ もやし・白菜・玉ねぎ・しょうゆ・塩・コンソメ	中華丼 豚肉・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・人参・塩麴 しょうゆ・三温糖・ごま油・片栗粉 清汁 チンゲン菜・しめじ・しょうゆ・塩
12	13 かせお弁当日	14 お泊り保育(たいよう)	15 お泊り保育(たいよう)	16	17
海苔ごはん ベーコン・焼きのり・人参・ねぎ・しょうゆ・みりん 鮭のホイル焼き 生鮭・れんこん・エリンギ・みそ・しょうゆ 三温糖・酒 かつお和え もやし・ほうれん草・人参・かつお・しょうゆ 清汁 大根・水菜・ゆば・しょうゆ・塩	手羽元のケチャップ焼き 手羽元・ケチャップ・塩麴・しょうゆ・三温糖 ひじき煮 水煮大豆・ひじき・人参・三度豆・しょうゆ 三温糖・油 ごま酢和え キャベツ・小松菜・人参・しょうゆ・ごま・酢 べんり酢 みそ汁 さつまいも・なす・みそ	白身魚のムニエル 白身魚・しょうゆ・みりん・酒・小麦粉・油 大根煮 鶏ミンチ・大根・しょうゆ・みりん・片栗粉 海苔マヨ チンゲン菜・玉ねぎ・人参・焼きのり・マヨドレ しょうゆ スープ じゃがいも・れんこん・しょうゆ・塩・コンソメ	すき焼き風煮 豚肉・白ねぎ・白菜・糸こんにゃく・しょうゆ 三温糖・みりん・酒・片栗粉 長芋の梅焼き 長芋・梅肉・しょうゆ・三温糖 ナムル もやし・わかめ・人参・しょうゆ・三温糖・ごま油 みそ汁 ほうれん草・油揚げ・焼き麴・みそ	鶏肉の味噌焼き 鶏もも肉・しょうゆ・三温糖・みりん・みそ・赤みそ ごぼう炒め 豚肉・ごぼう・人参・しょうゆ・三温糖・みりん 油・片栗粉 ポン酢和え 小松菜・えのき・コーン・かぼす果汁・しょうゆ べんり酢 清汁 かぶ・キャベツ・わかめ・しょうゆ・塩	煮込みうどん 豚肉・かぼちゃ・玉ねぎ・白ねぎ・人参・ニラ しょうゆ・三温糖・乾麴 和え物 白菜・チンゲン菜・マヨドレ・しょうゆ
ココア蒸しパン 牛乳 米粉・BP・ココア・三温糖・油・塩・酢・水	アップルシナモンパン 牛乳 食パン・りんご・三温糖・シナモン	シリアルバー 柿 牛乳 コーンフレーク・オートミール・三温糖・油・水 小麦粉	おにぎり りんご チーズ ちりめんじゃこ・水菜・しょうゆ	小豆スコーン 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・油・豆乳・甘納豆	おにぎり りんご 梅肉・かつお・しょうゆ
19	20	21	22	23	24
夕焼けごはん 玉ねぎ・パプリカ(赤)・コーン・三度豆 ケチャップ・しょうゆ・塩 鶏肉の生姜焼き 鶏もも肉・生姜・しょうゆ・三温糖・みりん・酒 片栗粉 ごま和え チンゲン菜・ブロッコリー・人参・ごま・しょうゆ 三温糖 清汁 かぼちゃ・えのき・ねぎ・しょうゆ・塩	いわしのかば焼き いわし・片栗粉・しょうゆ・三温糖・みりん 長いもの甘辛煮 長いも・人参・しょうゆ・三温糖 切干大根の中華和え 切干大根・ほうれん草・人参・しょうゆ・酢 べんり酢・ごま油 みそ汁 ごぼう・しめじ・白ねぎ・みそ	豚肉の角煮風 豚肉・酒・しょうゆ・三温糖 煮浸し 小松菜・白菜・人参・ツナ・しょうゆ・三温糖 片栗粉 れんこんサラダ れんこん・レタス・パプリカ(赤)・マヨドレ しょうゆ・三温糖 スープ もやし・冬瓜・カイワレ大根・しょうゆ・塩 コンソメ	つくね 鶏ミンチ・豆腐・ねぎ・しょうゆ・三温糖・塩 片栗粉 じゃがいも炒め じゃがいも・糸こんにゃく・人参・しょうゆ・三温糖 油 土佐酢和え キャベツ・赤玉ねぎ・人参・かつお・しょうゆ 酢・べんり酢 清汁 大根・ほうれん草・とろろ昆布・しょうゆ・塩	鮭ときのこのバターしょうゆ焼き 生鮭・塩麴・しめじ・えのき・しょうゆ・三温糖 酒・バター なすの煮物 なす・人参・白ねぎ・油揚げ・しょうゆ・三温糖 油 ゆかり和え 小松菜・チンゲン菜・もやし・ゆかり粉・しょうゆ みそ汁 長芋・もずく・豆苗・みそ	和風カレー丼 豚肉・玉ねぎ・人参・ごぼう・糸こんにゃく・しょうゆ 三温糖・みりん・カレー粉・片栗粉 清汁 レタス・かぶ・しょうゆ・塩
26	27	28	29 そらお弁当日	30 お誕生会	31
芋ごはん さつまいも・塩・酒・黒ごま 鶏肉の香味焼き 鶏もも肉・大葉・しょうゆ・みりん・酒 しらす和え 小松菜・キャベツ・人参・ちりめんじゃこ しょうゆ 清汁 玉ねぎ・わかめ・みつば・しょうゆ・塩	白身魚のハーブ焼き 白身魚・パセリ・バジル粉・塩麴・しょうゆ みりん・米粉 のりしおポテト じゃがいも・塩麴・青のり・油・片栗粉 マカロニサラダ マカロニ・ほうれん草・人参・コーン・しょうゆ 三温糖・酢・油・塩 豆乳スープ 豆乳・エリンギ・かぶ・しょうゆ・塩・コンソメ	じゃこせんべい 柿 牛乳 白玉粉・豆腐・水菜・ちりめんじゃこ・ごま・塩 しょうゆ・ごま油 ホイコーロー風 豚肉・キャベツ・ピーマン・玉ねぎ・赤みそ しょうゆ・三温糖・酒・ごま油 冬瓜のうすくず煮 冬瓜・しょうゆ・みりん・片栗粉 マヨしょうゆ和え チンゲン菜・もやし・わかめ・マヨドレ・しょうゆ みそ汁 ごぼう・なめこ・みそ	もちもちみそおにぎり りんご チーズ 米・もち米・みそ・しょうゆ・三温糖・みりん ごま さわらの塩麴焼き さわら・塩麴・しょうゆ・三温糖・片栗粉 春雨炒め 豚ミンチ・春雨・小松菜・しめじ・しょうゆ・三温糖 油 チコレギサラダ風 ブロッコリー・レタス・人参・べんり酢・酢 しょうゆ・焼きのり・ごま油 スープ 白菜・じゃがいも・しょうゆ・塩・コンソメ	ピザ 牛乳 小麦粉・強力粉・BP三温糖・塩・水・マヨドレ ケチャップ・チーズ・ベーコン・玉ねぎ・ピーマン おすし 高野豆腐・かんぴょう・人参・ちりめんじゃこ・ れんこん・三温糖・しょうゆ・塩・べんり酢・酢 チキンカツ 鶏むね肉・塩麴・しょうゆ・みりん・パン粉 サラダ ツナ・玉ねぎ・ほうれん草・パプリカ(赤)・りんご マヨドレ・カレー粉・塩 かきたま汁 卵・水菜・しょうゆ・塩・片栗粉	中華風肉うどん 豚肉・白ねぎ・白菜・えのき・しょうゆ・三温糖 ごま油・しょうゆ・みりん・塩・片栗粉・乾麴 和え物 小松菜・大根・人参・かつお・しょうゆ
チーズ蒸しパン 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・チーズ・牛乳	食パン 牛乳 食パン・ジャム	抹茶ういろう 柿 牛乳 米粉・上新粉・抹茶・三温糖・水	おにぎり りんご チーズ 梅肉・昆布・しょうゆ・みりん	さつまいもケーキ 牛乳 さつまいも・小麦粉・BP・三温糖・油・豆乳・酢・ 塩・シナモン	おにぎり りんご わかめ

乳児の朝おやつ

- 月 牛乳・せんべい
- 火 牛乳・クラッカー
- 水 牛乳・サブレ
- 木 牛乳・せんべい
- 金 牛乳・クラッカー
- 土 牛乳・せんべい



※材料の都合により献立の変更もあります

