

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				
		熱やかになる	からだをつくる	体の調子を整える				熱やかになる	からだをつくる	体の調子を整える					
1 (木)	ご飯	米	70		おかし マリービスケット	16 (金)	肉うどん	うどん	120	豚肉	35	人参	10		
	金平風煮	じゃがいも	30	鶏肉			30	人参	20	玉ねぎ	30	ほうれん草	20	セサミクッキー	
	小松菜の和え物	小松菜	20	白菜			20	人参	10	豆腐	40	玉ねぎ	20	ホットケーキミックス	
	豆腐の味噌汁	豆腐	20	ねぎ			2	鶏肉	6	人参	10	玉ねぎ	10	バター、牛乳	
オレンジ					牛乳										
2 (金)	さつねうどん	うどん	120	わかめ	0.2	メロンパン風トースト	17 (土)	豚丼	米	70	豚肉	40	玉ねぎ	30	
	鶏肉のごまみそ焼き	鶏肉	60	きざみ揚げ	10			人参	10	ちくわ	6	ほうれん草	40	おかし	
	キャベツの甘酢和え			キャベツ	32			人参	10	豆腐	16	玉ねぎ	8	たべっこ動物	
	バナナ			バナナ	40			人参	10	りんご		りんご	30	牛乳	
オレンジ			オレンジ	40	牛乳										
3 (土)	ご飯	米	70		おかし アンパンマン ソフトせんべい	19 (月)	ご飯	ご飯	70						
	豆腐とひじきのつくね	豆腐	30	鶏肉			35	人参	16	たら	60	ほうれん草	45	マカロニきな粉	
	白菜の和え物	白菜	40	胡瓜			12	人参	10	玉ねぎ	20	人参	10	マカロニ、上白糖	
	大根の味噌汁	わかめ	0.2	大根			20	りんご	30	玉ねぎのすまし汁	わかめ	0.2	玉ねぎ	20	きなこ
オレンジ			オレンジ	40	牛乳										
5 (月)	ご飯	米	70		おかし たべっこ動物	20 (火)	ご飯	米	70						
	豚肉の生姜炒め	豚肉	60	玉ねぎ			30	人参	10	麻婆豆腐	豚肉	35	玉ねぎ	30	おかし
	キャベツの和え物			キャベツ			30	人参	10	豆腐	40	人参	15	野菜クラッカー	
	わかめの味噌汁	わかめ	0.4	オレンジ			40	人参	10	もやし中華和え	鶏肉	6	もやし	40	牛乳
オレンジ			オレンジ	40	牛乳										
6 (火)	ご飯	米	70		いちごパバロア	21 (水)	ご飯	米	70						
	さわらのごまだれ焼き	さわら	60	胡瓜			10	人参	6	鶏肉の甘辛炒め	鶏肉	40	玉ねぎ	30	レモンマフィン
	さつまいものサラダ	さつまいも	30	コーン			6	人参	6	ゼラチン	8	人参	10	ホットケーキミックス	
	大根のすまし汁	大根	15	玉ねぎ			10	人参	6	ブロッコリーの和え物	鶏肉	8	ブロッコリー	35	薄力粉、バター
グレープフルーツ			グレープフルーツ	30	牛乳										
7 (水)	ご飯	米	70		人参蒸しパン	22 (木)	ご飯	米	70						
	味噌ラーメン	ラーメン	120	豚肉			30	玉ねぎ	20	味噌炒め	豚肉	35	玉ねぎ	30	人参
	白菜のツナ和え	ツナ	8	白菜			40	人参	10	春雨のマヨネーズ和え	春雨	5	マヨネーズ	6	もやし
	バナナ			バナナ			40	人参	10	豆腐のすまし汁	豆腐	16	玉ねぎ	10	キャベツ
オレンジ			オレンジ	40	牛乳										
8 (木)	ご飯	米	70		おかし 前田のクラッカー	23 (金)	ご飯	米	70						
	豚肉のカレー炒め	じゃがいも	20	豚肉			35	玉ねぎ	30	鶏肉と大根の煮物	鶏肉	40	玉ねぎ	30	おかし
	ほうれん草のおかか和え	ちくわ	8	ほうれん草			40	人参	10	胡瓜とわかめの酢の物	わかめ	0.2	胡瓜	40	アンパンマン
	玉ねぎのすまし汁	わかめ	0.2	玉ねぎ			20	人参	10	ほうれん草の味噌汁	ほうれん草	16	玉ねぎ	8	ソフトせんべい
オレンジ			オレンジ	30	牛乳										
9 (金)	ご飯	米	70		大学芋	24 (土)	ご飯	米	70						
	厚揚げのそぼろ煮	豚肉	25	厚揚げ			40	玉ねぎ	30	鯖ふりかけご飯	米	40	鯖ふりかけ	1.3	おかし
	もやしの和え物			もやし			40	人参	10	醤油ラーメン	ラーメン	120	豚肉	30	ホームバイ
	小松菜の味噌汁	小松菜	1	白菜			25	人参	10	高野豆腐の煮物	高野豆腐	8	人参	10	牛乳
グレープフルーツ			グレープフルーツ	30	牛乳										
10 (土)	ご飯	米	70		おかし 小魚家族	26 (月)	ご飯	米	70						
	チャーシューポテ	じゃがいも	30	ウインナー			6	玉ねぎ	20	そぼろ丼	米	70	鶏肉	35	玉ねぎ
	コンソメスープ			人参			15	コーン	6	大根の煮物	ちくわ	8	大根	35	人参
	りんご			りんご			30	人参	10	小松菜のすまし汁			小松菜	16	玉ねぎ
オレンジ			オレンジ	30	牛乳										
12 (月)	ご飯	米	70		おかし エースコイン	27 (火)	ご飯	米	70						
	チンジャオロース	牛肉	40	玉ねぎ			20	人参	15	肉豆腐	豚肉	35	玉ねぎ	20	おかし
	小松菜の和え物	小松菜	25	白菜			25	人参	10	オクラとコーンの和え物	オクラ	30	人参	10	マリービスケット
	中華スープ	わかめ	0.4	オレンジ			30	人参	10	キャベツの味噌汁	まぎみ揚げ	4	キャベツ	16	ねぎ
オレンジ			オレンジ	30	牛乳										
13 (火)	ロールパン	ロールパン	40		バナナ蒸しケーキ	28 (水)	ご飯	米	70						
	ポークチャップ	豚肉	35	玉ねぎ			40	人参	10	さわらごみ焼き	さわら	60	玉ねぎ	20	りんごゼリー
	マッシュポテ	じゃがいも	30	人参			10	人参	10	ブロッコリーのツナ和え	ツナ	6	ブロッコリー	35	寒天、上白糖
	マヨネーズのサラダ	マヨネーズ	6	人参			10	人参	6	白菜のすまし汁	白菜	16	人参	4	アップルジュース
マカロニスープ	マカロニ	4	人参	10	人参	6	グレープフルーツ			グレープフルーツ	30	牛乳			
オレンジジュース	オレンジジュース	125			牛乳										
14 (水)	ご飯	米	70		おかし ホームバイ	29 (木)	ご飯	米	70						
	鶏肉のマヨパン焼き	鶏肉	80	人参			15	人参	10	ミートソースパグティ	スパゲティ	120	合挽	40	玉ねぎ
	いんげんのツナ和え	ツナ	6	いんげん			35	人参	10	キャベツの胡麻和え	ちくわ	6	キャベツ	40	人参
	玉ねぎの味噌汁	豆腐	8	玉ねぎ			16	ねぎ	1	ほうれん草のスープ	ほうれん草	16	玉ねぎ	8	玉ねぎ
グレープフルーツ			グレープフルーツ	30	牛乳										
15 (木)	ご飯	米	70		フルーツヨーグルト	30 (金)	ご飯	米	70						
	赤魚の照り焼き	赤魚	60	人参			10	人参	10	鶏肉のみそマヨ焼き	マヨネーズ	6	鶏肉	80	おかし
	じゃがいもの煮物	じゃがいも	35	ちくわ			6	人参	10	いんげんのおかか和え	ちくわ	5	いんげん	32	エースコイン
	大根のすまし汁	大根	15	白菜			10	人参	10	わかめの味噌汁	わかめ	0.4	豆腐	16	牛乳
オレンジ			オレンジ	30	牛乳										

※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。

※食材(食品名)の中には、調味料は記載しておりません。

