

日	曜	献立名	主な材料	おやつ	飲み物	主な材料
1	土	チャーハン ごま酢和え 中華スープ	米・ハム・玉葱・ピーマン・人参/ もやし・人参・胡瓜・白ごま/ わかめ・大根	せんべい OR ビスケット	お茶	
2	日	お休み				
3	月	米飯・スパニッシュオムレツ ひじき煮 味噌汁	米/鶏卵・ウィンナー・じゃがいも・玉葱・人参・プチトマト・コンソメ・ケチャップ/ ひじき・人参・糸こんにゃく・厚揚げ・いんげん/ 麩・小松菜	★フライド ポテト	牛乳	シューストリングポテト
4	火	米飯・豚肉の生姜焼き 炊き合わせ 味噌汁	米/豚肉・玉葱・ピーマン・土生姜/ 南瓜・がんもどき・グリーンピース/ キャベツ・油揚げ・人参	★チーズ 蒸しパン	お茶	蒸しパンミックス・チーズ・ スキムミルク・鶏卵
5	水	米飯・鶏団子と春雨のスープ煮 イカリングフライ ゼリー	米/鶏団子・春雨・白菜・玉葱・人参・干し椎茸/ イカリングフライ/ 青りんごゼリー	卵ポーロ	スキムミルク	
6	木	米飯・カレイの黄金焼き 錦糸和え すまし汁	米/カレイ・人参・マヨネーズ・チーズ・パセリ/ ほうれん草・人参・もやし・錦糸卵/ そうめん・三つ葉・椎茸	★きな粉 トースト	お茶	食パン・バター・きな粉
7	金	米飯・きせい豆腐 金平ごぼう 味噌汁	米/豆腐・鶏ミンチ・鶏卵・玉葱・グリーンピース・ひじき/ ごぼう・人参・しめじ・さつま揚げ・インゲン・白ゴマ/ 麩・玉葱・わかめ	ハーベスト ビスケット	スキムミルク	
8	土	12時降園		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
9	日	お休み				
10	月	米飯・鮭の塩焼き 切干大根煮 味噌汁	米/鮭/ 切干大根・人参・糸こんにゃく・油揚げ・いんげん/ じゃがいも・小松菜	バナナ	お茶	
11	火	キーマカレーライス ハムサラダ ヨーグルト	米/豚ミンチ・玉葱・人参・コーン・グリーンピース・トマト缶・カレールウ/ レタス・胡瓜・人参・ブロッコリー・ハム・フレンチドレッシング/ ヨーグルト	★レーズン クッキー	牛乳	小麦粉・バター・牛乳・ スキムミルク・レーズン
12	水	米飯・鶏肉の香草焼き 炒り煮 味噌汁	米/鶏肉・マヨネーズ・香草・粉チーズ・パン粉/ ひじき・ごぼう・人参・糸こんにゃく・竹輪・いんげん/ さつま芋・玉葱・わかめ	サラダせんべい	スキム ミルク ココア	0.1歳…ばりんご減塩
13	木	米飯・豆腐の心わらわつくね 酢の物 味噌汁	米/鶏ミンチ・豆腐・長ネギ・大葉・片栗粉/ 大根・人参・胡瓜・カニカマ・白ゴマ/ ほうれん草・油揚げ・玉葱	★南瓜ミルク もち	お茶	スキムミルク・南瓜・ 片栗粉・砂糖・きな粉
14	金	米飯・八宝菜 焼きギョーザ 卵スープ	米/豚肉・白菜・玉葱・人参・ピーマン・もやし・椎茸・かまぼこ/ ギョーザ/ 鶏卵・玉葱・わかめ	カステラ	牛乳	
15	土	五目うどん 厚揚げのツナマヨ焼き フルーツ	うどん・大根・人参・しめじ・油揚げ・青ねぎ/ 厚揚げ・ツナ・玉葱・マヨネーズ・刻みのり/ りんご	せんべい OR ビスケット	お茶	
16	日	お休み				
17	月	米飯・鯖の生姜煮 胡麻和え 味噌汁	米/鯖・土生姜/ 白菜・人参・もやし・小松菜・白ごま/ 南瓜・玉葱	薄焼き ビスケット	牛乳	
18	火	パン・メンチカツ ツナサラダ コンソメスープ	ロールパン/メンチカツ・ソース/ キャベツ・胡瓜・人参・ブロッコリー・ツナ・胡麻ドレッシング/ ウィンナー・玉葱・コーン・コンソメ	★おにぎり	お茶	米・のりたま
19	水	米飯・鶏肉の照り焼き 高野豆腐の詰め煮 味噌汁	米/鶏肉/ 高野豆腐・人参・椎茸・インゲン/ 小松菜・えのき・麩	ぼたぼた焼き	スキムミルク	
20	木	お誕生会 散らし寿司 そぼろあんかけ・すまし汁	米・ツナ・高野豆腐・人参・干し椎茸・胡瓜・コーン・刻みのり/ 鶏ミンチ・里芋・人参・グリーンピース/ 手毬麩・ほうれん草	★人参と みかんの ゼリー	お茶	人参・みかんジュース・ みかん缶・ゼラチン
21	金	ハヤシライス 和風マカロニサラダ フルーツ	米・豚肉・玉葱・マッシュルーム・トマト缶・グリーンピース・ハヤシルウ/ マカロニ・白菜・人参・竹輪・マヨネーズ・白ゴマ/ メロン	ボン菓子	牛乳	
22	土	お弁当の日		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
23	日	お休み				
24	月	親子丼 お浸し 赤だし	米・鶏肉・鶏卵・玉葱・人参・三つ葉/ ほうれん草・人参・もやし・竹輪/ 巻き麩・えのき・青ねぎ	かっぱえびせん	牛乳	0.1歳… 幼児用ビスケットかクッキー
25	火	ミートソーススパゲティ コーンサラダ コンソメスープ	スパゲティ・豚ミンチ・玉葱・人参・マッシュルーム・トマト缶・コンソメ・パセリ/ レタス・人参・胡瓜・ブロッコリー・コーン・和風ドレッシング/ じゃがいも・玉葱・コンソメ	★フルーツ クラフティ	お茶	ホットケーキミックス・鶏卵・ 生クリーム・スキムミルク・ ヨーグルト・フルーツ缶
26	水	枝豆ご飯 鰯のフリッター(添)昆布和え すまし汁	米・枝豆・油揚げ/ 鰯・鶏卵・小麦粉・マヨネーズ・ケチャップ・キャベツ・人参・塩昆布/ 大根・ほうれん草・人参	チーズ クラッカー	スキムミルク	
27	木	米飯・焼肉風 ハンバーグ 味噌汁	米/豚肉・玉葱・人参・ピーマン/ 春雨・胡瓜・ハム・人参・白ゴマ/ 白菜・しめじ	★水無月	お茶	小麦粉・甘納豆
28	金	米・鱈のムニエル レンコンのカレー炒め すまし汁	米/鱈・小麦粉・バター/ レンコン・人参・インゲン・ベーコン・カレー粉/ 豆腐・かまぼこ・青葱	バタークッキー	牛乳	
29	土	米飯・チーズハンバーグ 粉ふき芋 味噌汁	米/ハンバーグ・チーズ・ケチャップ・ブロッコリー・プチトマト/ じゃがいも・青のり/ もやし・人参・わかめ	せんべい OR ビスケット	お茶	
30	日	お休み				

都合により献立を変更する場合があります。 掲示でお知らせしますのでご了承ください。

★印の日は手作りおやつです。手作りおやつ以外は市販のお菓子になります。

アレルギーのあるお子さんには個別メニューで調理しています。除去食等について、いつでもお尋ねください。

1歳児のおやつは、食材により乳幼児菓子に変更する場合があります。

0～2歳児は、午前中に牛乳を飲んでいきます。