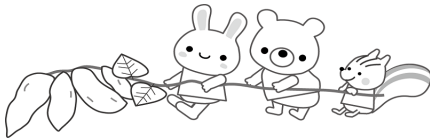


日曜日 曜日	献立	午前のおやつ (1〜2才のみ)	主 な 材 料				不足 食材
		午後のおやつ	血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
2 (月)	ごはん おでん おひたし フルーツ 玉ねぎのみそ汁	さつま芋	鶏肉・ちくわ・花かつお・厚揚げ みそ	米・三温糖	大根・人参・こんにゃく・フルーツ 玉ねぎ・ほうれん草・えのき	煮干しだし・醤油	魚類
		ぶどうパン	牛乳	ぶどうパン			
3 (火)	休日						
4 (水)	ビビンバ ゆり・幼)雷こんにゃく わかめスープ	人参	牛肉・卵	米・ごま・ごま油・三温糖	ほうれん草・ぜんまい・大根・人参・きゅうり わかめ 乳)緑豆もやし 幼)小大豆もやし ゆり・幼)こんにゃく	ブイヨン・醤油・米酢	芋類
		★スイートポテト	牛乳・卵黄・生クリーム	さつま芋・無塩バター・三温糖			
5 (木)	ごはん 鮭フライ 人参煮 ごまマヨサラダ 麩とねぎのみそ汁	かぼちゃ	鮭・ちくわ・みそ	米・麩・小麦粉・パン粉・油・ごま マヨドレ	人参・キャベツ・きゅうり・ブロッコリー レタス・パプリカ・青ねぎ	煮干しだし・醤油	肉類
		バナナ クラッカー	牛乳	クラッカー	バナナ		
6 (金)	ミートスパゲティー 野菜スープ	オレンジ	豚ミンチ	スパゲティー・三温糖・小麦粉	玉ねぎ・人参・干し椎茸・ピーマン レタス・キャベツ・えのき	ケチャップ・ソース ブイヨン	魚類
		☆いなり寿司	いなりあげ 乳)牛乳	米・三温糖		米酢	
7 (土)	和風チャーハン 具だくさんみそ汁	お菓子	ちりめんじゃこ・油揚げ・みそ	米	玉ねぎ・人参・小松菜・冷凍コーン 青ねぎ・わかめ・えのき	煮干しだし・醤油	肉類
		お菓子		お菓子			
9 (月)	豚丼 大根とあげのみそ汁	人参	豚肉・油揚げ・みそ	米・三温糖	玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・大根	煮干しだし・醤油	きのこ類
		★焼き芋	牛乳	さつま芋			
10 (火)	ごはん 油淋鶏 粉ふき芋 シルバーサラダ ニラ玉スープ	オレンジ	鶏肉・卵	米・メークイン・春雨・マヨドレ 三温糖・片栗粉・油	白ねぎ・青のり・きゅうり・人参 ニラ	ブイヨン・醤油 米酢	緑黄色野菜
		★ホットケーキ	牛乳	三温糖 ホットケーキミックス・バター			
11 (水)	肉うどん もやしとちくわの酢の物	さつま芋	牛肉・ちくわ	うどん・三温糖	小松菜・緑豆もやし・きゅうり・人参 青ねぎ	煮干しだし・醤油 米酢	海藻類
		☆昆布のおにぎり	乳)牛乳	米	ごま入り昆布		
12 (木)	乳)ごはん・煮魚 かぼちゃ煮・おひたし・玉ねぎのみそ汁 感謝祭メニュー	人参	乳)鮭・みそ	米・三温糖・ごま ゆり・幼児チームは感謝祭メニューを食べます	乳)かぼちゃ煮・ほうれん草・えのき 人参・玉ねぎ	煮干しだし・醤油	緑黄色野菜
		プリン せんべい	牛乳	プリン・せんべい			
13 (金)	ごはん 高野と野菜の煮物 れんこんのきんぴら おひたし わかめのみそ汁	かぼちゃ	高野豆腐・鶏肉・みそ・花かつお	米・ごま・三温糖	玉ねぎ・人参・椎茸・れんこん・えのき 白菜・大根・小松菜・青梗菜	煮干しだし・醤油	きのこ類
		★黒糖蒸しパン	牛乳	ホットケーキミックス・黒糖			
14 (土)	お弁当日	お菓子					魚類
		お菓子		お菓子			
16 (月)	乳)ちらし寿司 幼)手巻き寿司 白菜とあげのみそ汁	オレンジ	牛肉・油揚げ・ちりめんじゃこ・卵 乳)高野豆腐・ちくわ 幼)ツナ	米・三温糖 幼)マヨドレ	きゅうり・人参・白菜・焼きのり 乳)干し椎茸 幼)冷凍コーン	煮干しだし・醤油 米酢	肉類
		★芋のぜんざい	牛乳・小豆	さつま芋・三温糖			

日曜日	献立	午前のおやつ (1〜2才のみ)	主 な 材 料				不足 食材
		午後のおやつ	血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
17 (火)	ごはん 鶏肉の西京焼き ひじき煮 ごま酢和え 豆腐と三つ葉のすまし汁	さつま芋	鶏肉・油揚げ・ちくわ・白みそ 豆腐	米・ごま・三温糖	ひじき・人参・三度豆・ほうれん草 キャベツ・きゅうり・三つ葉	煮干しだし・醤油 米酢	果物類
		ゼリー お菓子	牛乳	お菓子	ゼリー		
18 (水)	ごはん 白身魚の甘酢がけ おから煮 フルーツ きのこのみそ汁	人参	カレイ・おから・油揚げ・ちくわ	米・三温糖・片栗粉・油	青ねぎ・糸こんにゃく・人参・ごぼう 玉ねぎ・フルーツ・しめじ・えのき・椎茸 小松菜	煮干しだし・醤油 米酢	豆類
		パン	牛乳	パン			
19 (木)	ハヤシライス 柿入りマカロニサラダ	かぼちゃ	牛肉	米・マカロニ・小麦粉・マヨドレ メークイン・三温糖	玉ねぎ・人参・きゅうり・柿	醤油・ブイオン	きのこ類
		★カップケーキ	牛乳・卵	三温糖 小麦粉・無塩バター・BP	フルーツ		
20 (金)	ごはん 麻婆豆腐 舞茸の天ぷら ナムル クリームコーンスープ	さつま芋	豚ミンチ・豆腐・赤みそ	米・片栗粉・マヨドレ・油・小麦粉 ごま・ごま油	玉ねぎ・(竹の子)・人参・舞茸・青ねぎ ほうれん草・緑豆もやし・クリームコーン缶 土生姜・ニンニク	ブイオン・醤油 米酢	緑黄色野菜
		みかん お菓子	牛乳	お菓子	みかん		
21 (土)	きつねうどん 肉じゃが煮	お菓子	油揚げ・牛肉	うどん・メークイン・三温糖	小松菜・人参・玉ねぎ・糸こんにゃく 青ねぎ・ピーマン	煮干しだし・醤油	米類
		お菓子		お菓子			
23 (月)	休日						
24 (火)	ごはん ひじき入りつくね 人参しりしり ゆず大根 かきたま汁	オレンジ	鶏ミンチ・豚ミンチ・ツナ・卵	米・パン粉・片栗粉・三温糖	ひじき・人参・冷凍コーン・青ねぎ ゆず・大根・玉ねぎ・土生姜	煮干しだし・醤油 米酢	魚類
		★わらび餅	牛乳・きな粉	わらび餅粉・三温糖			
25 (水)	カツサンド チーズサンド 焼きかぼちゃ ブロッコリーのおかか和え クリームシチュー	人参	豚ヒレ肉・鶏肉・チーズ・花かつお	食パン・三温糖・小麦粉・パン粉 油・メークイン	かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・人参	ケチャップ・ソース 醤油・シチュールー	きのこ類
		ぶどうゼリー お菓子	牛乳	お菓子・三温糖	ぶどうジュース・アガー		
26 (木)	ごはん 焼き鮭 ちくわの磯部揚げ フルーツ 幼)粕汁 乳)具だくさんみそ汁	かぼちゃ	鮭・みそ・油揚げ・ちくわ	米・小麦粉・片栗粉・油・三温糖 幼)酒粕	青のり・フルーツ・大根・人参 糸こんにゃく・ごぼう・椎茸	煮干しだし・醤油	豆類
		★お好み焼き	牛乳・豚肉・花かつお	小麦粉・BP	キャベツ・青のり	乳)とんかつソース 幼)お好みソース	
27 (金)	牛肉と小松菜の混ぜご飯 むらくも汁	さつま芋	牛肉・卵	米・三温糖	小松菜・人参・わかめ	煮干しだし・醤油	緑黄色野菜
		★ラスク	牛乳	パケット・無塩バター・グラニュー糖			
28 (土)	中華丼 麩とねぎのみそ汁	お菓子	豚肉・みそ	米	白菜・青梗菜・玉ねぎ・人参・ピーマン 椎茸・青ねぎ	煮干しだし・醤油 ブイオン	魚類
		お菓子					
30 (月)	カレーうどん ポテトサラダ	人参	豚肉・油揚げ	うどん・メークイン・三温糖 マヨドレ・片栗粉	玉ねぎ・人参・きゅうり・冷凍コーン りんご	煮干しだし・醤油 カレールー	魚類
		★青菜のおにぎり	乳)牛乳 ちりめんじゃこ	ごま・米	小松菜・人参	醤油	



- ・ ☆印は、手作りおやつです。
- ・ 材料の都合により、変更する場合があります。
(変更がある場合は、掲示板等にてお知らせします)
- ・ 和食で使用する出汁は、煮干しでとっています。
- ・ ゆりチームは、“乳”と記載されているメニューを食べますが、“乳”と異なるメニューを食べる場合には、“ゆり”と記載します。
- ・ 【パン】、平日の【お菓子】と表記されているものには、卵が含まれています。