



曜日	主食	献立	材料	3時のおやつ
1 (土)	スパゲティ	ナポリタン ゼリー パナナ	スパゲティ(小麦) ベーコン(卵) 玉ねぎ ビーマン コーン缶 ケチャップ 砂糖 ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
3 (月)	ごはん	白身魚の西京焼き ひじき煮 大根と油揚げのみそ汁 オレンジ	米 カラスカレイ 白みそ みりん ひじき 油揚げ 人参 こんにゃく ちくわ だし 砂糖 しょうゆ みりん 大根 油揚げ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ きな粉菓子 牛乳	きな粉菓子 牛乳
4 (火)	ごはん	牛肉のスタミナ炒め 三度豆のごま和え 豆腐のすまし汁 キウイ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ もやし タレ 三度豆 ごま 砂糖 しょうゆ 豆腐 水菜 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ ハインソフト(小麦・卵) 卵 グラニュー糖 牛乳	シュガーバイ 牛乳
5 (水)	麦入りごはん	ビビンバ丼 ナゲツ 野菜スープ 味付け小魚 グレープフルーツ	米 大麦 合い挽きミンチ(牛肉) ほうれん草 人参 もやし ごま ごま油 塩 しょうゆ ナゲツ(小麦・卵) 小松菜 玉ねぎ コーン 人参 ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ 味付け小魚 さつま芋 牛乳	ふかし芋 牛乳
6 (木)	ごはん	野菜炒め 焼きししゃも しらす(0.1才) なすのみそ汁 バイナッブル	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ ビーマン もやし 鶏ガラ しょうゆ ししゃも しらす(0.1才) なす 玉ねぎ 油揚げ 人参 ねぎ だし汁 みそ バイナッブル すいか お茶	すいか お茶
7 (金)	雑穀ごはん	チキンカレー 中華サラダ 味付け小魚 オレンジ	米 雑穀 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(小麦・牛脂) 春雨 ハム(卵) 人参 胡瓜 ごま 酢 砂糖 淡口しょうゆ 味付け小魚 オレンジ ベルギーワッフル(小麦・卵) 牛乳	ベルギーワッフル 牛乳
8 (土)	うどん	きつねうどん ゼリー パナナ	うどん(小麦) 油揚げ 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
10 (月)	ごはん	鯖のボン酢焼き カラフルじゃこビーマン 麩のすまし汁 キウイ	米 鯖 ボン酢 ビーマン バブリカ じゃこ しょうゆ 麩(小麦) 白菜 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ たこやき(0.1たこなし)(小麦・卵) ソース 牛乳	たこ焼き 牛乳
12 (水)	麦入りごはん	中華丼 しゅうまい チーズ バイナッブル	米 大麦 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし しめじ 白菜 ねぎ 鶏ガラ しょうゆ 片栗粉 しゅうまい(小麦・卵) チーズ バイナッブル アイスクリーム(卵) お茶	アイスクリーム お茶
13 (木)	ごはん	牛肉のしぐれ煮 グレープフルーツ ブロッコリーのかつお和え きのこと汁	米 牛肉 人参 糸こんにゃく ごぼう 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん ブロッコリー かつお節 しょうゆ しめじ えのき まいたけ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ あられ(小麦) 牛乳	あられ 牛乳
14 (金)			希望保育 お弁当・水筒持参	お菓子 お茶
17 (月)	ごはん	赤魚の塩焼き 小松菜の煮びたし さつま芋のみそ汁 オレンジ	米 赤魚 塩 小松菜 人参 油揚げ だし 砂糖 しょうゆ みりん さつま芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ オレンジ とうもろこし 牛乳	とうもろこし 牛乳
18 (火)	ごはん	コロッケ アスパラベーコン かき玉汁 バイナッブル	米 コロッケ(小麦・牛肉) アスパラ ベーコン(卵) しょうゆ 卵 大根 人参 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ 片栗粉 バイナッブル ホットケーキミックス(小麦) 牛乳 卵 ケーキシロップ 牛乳	ホットケーキ 牛乳
19 (水)	ソフトフランス	たらこスパゲティ コーンスープ グリーンサラダ キウイ	ソフトフランス(小麦・卵) スパゲティ(小麦) たらこ マヨネーズ(卵) しょうゆ のり(0.1なし) キャベツ 胡瓜 水菜 アスパラ 和風ドレッシング コーンスープ(小麦) キウイ ボン菓子 牛乳	ボン菓子 牛乳
20 (木)	ごはん	筑前煮 三色おひたし わかめのすまし汁 グレープフルーツ	米 鶏肉 ごぼう レンコン 人参 こんにゃく 絹さや だし 砂糖 しょうゆ みりん ほうれん草 人参 もやし ごま 砂糖 しょうゆ わかめ 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ ビスケット(小麦) 牛乳	ビスケット 牛乳
21 (金)	雑穀ごはん	ビーフカレー こんにゃくサラダ ヨーグルト バイナッブル	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ カレールウ(小麦・牛脂) 糸こんにゃく ハム(卵) 胡瓜 人参 マヨネーズ(卵) しょうゆ ごま ヨーグルト バイナッブル 食パン(小麦) バター グラニュー糖 牛乳	スナックスライス 牛乳
22 (土)	うどん	肉うどん ゼリー パナナ	うどん(小麦) 牛肉 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
24 (月)	ごはん	オムレツ 胡瓜の酢の物 かぼちゃのみそ汁 オレンジ	米 卵 ベーコン(卵) 人参 ビーマン コーン ケチャップ 胡瓜 わかめ じゃこ 春雨 酢 砂糖 淡口しょうゆ かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ オレンジ たいやき(小麦) 牛乳	たい焼き 牛乳
25 (火)	ごはん	高野豆腐の含め煮 キャベツのゆかり和え そうめん グレープフルーツ	米 高野豆腐 鶏肉 さつま芋 人参 大根 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん キャベツ ゆかりふりかけ そうめん(小麦) かまぼこ(卵) ねぎ めんつゆ グレープフルーツ 肉まん(小麦) 牛乳	肉まん 牛乳
26 (水)	ロールパン	チキンのトマト煮 ホワイトサラダ キウイ	ロールパン(小麦・卵) 鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ トマト缶 バセリ 鶏ガラ ケチャップ 砂糖 ブロッコリー カリフラワー チーズ りんご(乳児なし) ヨーグルト マヨネーズ(卵) キウイ おせんべい 牛乳	おせんべい 牛乳
27 (木)	とうもろこし おにぎり	白身フライ ほうれん草のかつお和え 白菜スープ ゼリー メロン	米 とうもろこし だし 塩 白身フライ(小麦) 油 ケチャップ 砂糖 ほうれん草 かつお しょうゆ 白菜 人参 玉ねぎ バセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ ゼリー メロン ロールケーキ(小麦・卵) 牛乳	ロールケーキ 牛乳
28 (金)	雑穀ごはん	ポークカレー 水菜とじゃこのサラダ チーズ バイナッブル	米 雑穀 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(小麦・牛脂) 水菜 じゃこ 胡麻ドレッシング(卵) チーズ バイナッブル プリン(卵) 牛乳	プリン 牛乳
29 (土)	スパゲティ	ミートスパゲティ ゼリー パナナ	スパゲティ(小麦) 合い挽きミンチ(牛肉) 玉ねぎ 人参 ケチャップ 砂糖 バセリ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
31 (月)	ごはん	鮭の塩麹焼き 切干大根煮 厚揚げのみそ汁 オレンジ	米 鮭 塩麹 切干大根 人参 油揚げ 絹さや だし 砂糖 しょうゆ 厚揚げ 玉ねぎ 小松菜 ねぎ だし汁 みそ オレンジ 芋けんぴ 牛乳	芋けんぴ 牛乳



スフーンマークのある日は
スフーンを持ってきてください(幼児組)



14日(金) 希望保育 給食はありません
お弁当・水筒を持ってきてください

