



曜日	主食	献立	材料	3時のおやつ
1 (火)		入園式		
2 (水)	麦入りごはん	牛丼 胡瓜の酢の物 チーズ バイナッブル	米 大麦 牛肉 玉ねぎ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 胡瓜 わかめ じゃこ 春雨 酢 砂糖 淡口しょうゆ チーズ バイナッブル おせんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳
3 (木)	ごはん	オムレツ 揚げしゅうまい きのこスープ グレープフルーツ	米 卵 ハム(卵) 人参 ほうれん草 コーン じゃが芋 ブチトマト 鶏ガラ 淡口しょうゆ ケチャップ しゅうまい(卵) 油 エリンギ えのき しめじ バセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ グレープフルーツ パイシート(卵) 卵 グラニュー糖 牛乳	シュガーバイ 牛乳
4 (金)	雑穀ごはん	チキンカレー コーンサラダ ヨーグルト オレンジ	米 雑穀 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(牛脂) キャベツ 胡瓜 水菜 コーン 和風ドレッシング ヨーグルト オレンジ ホットケーキミックス 卵 牛乳 ケーキシロップ 牛乳	ホットケーキ 牛乳
5 (土)	うどん	肉うどん ゼリー パナナ	うどん 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
7 (月)	ごはん	白身魚の西京焼き 切干大根煮 豆腐のみまし汁 バイナッブル	米 白身魚 白みそ みりん 切干大根 人参 あげ 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん 豆腐 わかめ ねぎ だし汁 みそ バイナッブル ポテト菓子 牛乳	ポテト菓子 牛乳
8 (火)	ごはん	肉じゃが 焼きししゃも(0.1歳児 しらす) 大根と揚げのみそ汁 キウイ	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにやく グリンピース だし 砂糖 しょうゆ みりん ししゃも しらす 大根 油揚げ なす ねぎ だし汁 みそ キウイ たこ焼き(卵) ソース 牛乳	たこ焼き 牛乳
9 (水)	麦入りごはん	親子丼 三色おひたし 焼きポテト グレープフルーツ	米 大麦 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ 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 ポテト グレープフルーツ 食パン いちごジャム 牛乳	ジャムサンド 牛乳
10 (木)	ふりかけごはん	豚の生姜炒め キャベツのゆかり和え にゅうめん オレンジ	米 ふりかけ 豚肉 玉ねぎ 生姜 みりん しょうゆ キャベツ ゆかり そうめん ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ さつま芋 牛乳	焼き芋 牛乳
11 (金)	雑穀ごはん	ビーフカレー ツナサラダ チーズ バイナッブル	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 エリンギ カレールウ(牛脂) キャベツ 胡瓜 水菜 ツナ 胡麻ドレッシング(卵) チーズ バイナッブル コンフレーク 牛乳	コンフレーク 牛乳
12 (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 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 バセリ ケチャップ 砂糖 ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
14 (月)	ごはん	鮭の塩麹焼き 小松菜の煮びたし わかめのみまし汁 キウイ	米 鮭 塩麹 小松菜 人参 油揚げ だし 砂糖 しょうゆ みりん わかめ ほうれん草 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ クッキー(卵) 牛乳	クッキー 牛乳
15 (火)	ごはん	野菜炒め ナゲット 厚揚げのみそ汁 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 ナゲット(卵) 厚揚げ なす 大根 ねぎ だし汁 みそ バイナッブル りんごジュース アガー 砂糖 牛乳	りんごゼリー 牛乳
16 (水)	ソフトフランス	チキンのトマト煮 ポテトサラダ グレープフルーツ	ソフトフランス(卵) 鶏肉 玉ねぎ 人参 トマト缶 にんにく バセリ ケチャップ 砂糖 じゃが芋 ハム(卵) 人参 胡瓜 コーン マヨネーズ(卵) グレープフルーツ ボン菓子 牛乳	ボン菓子 牛乳
17 (木)	ごはん	高野豆腐の含め煮 白菜のなめたけ和え 麩のみそ汁 みかん缶	米 高野豆腐 鶏肉 さつま芋 大根 人参 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん 白菜 なめたけ ふ 水菜 えのき だし汁 みそ みかん缶 せんべい 牛乳	おせんべい 牛乳
18 (金)	雑穀ごはん	ボークカレー ホワイトサラダ 味付け小魚 オレンジ	米 雑穀 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ(乳・牛脂) ブロッコリー カリフラワー チーズ りんご ヨーグルト マヨネーズ(卵) 味付け小魚 オレンジ マカロニ きな粉 砂糖 牛乳	マカロニきな粉 牛乳
19 (土)	うどん	きつねうどん ゼリー パナナ	うどん 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
21 (月)	ごはん	白身魚のチーズ焼き じゃこピーマン かぼちゃのみそ汁 キウイ	米 白身魚 チーズ バセリ じゃこ ピーマン しょうゆ かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ 回転焼き(卵) 牛乳	回転焼き 牛乳
22 (火)	ごはん	天ぷら ほうれん草のかつお和え かふのみまし汁 バイナッブル	米 えび(幼児) ちくわ(卵)(乳児) さつま芋 三度豆 てんぷら粉(卵) 油 ほうれん草 かつお節 しょうゆ かぶ かぶの葉 だし汁 淡口しょうゆ バイナッブル あられ 牛乳	あられ 牛乳
23 (水)	麦入りごはん	ブルコギ丼 ブロッコリー 焼きポテト オレンジ	米 大麦 牛肉 玉ねぎ 人参 ニラ 春雨 しめじ ごま 生姜 にんにく タレ ブロッコリー マヨネーズ(卵) ポテト オレンジ ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 牛乳	蒸しパン 牛乳
24 (木) 誕生会	菜めしおにぎり	ハンバーグ グリーンサラダ コーンスープ ゼリー いちご	米 菜めしふりかけ 合挽きミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 卵 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング コーンスープ ゼリー いちご ケーキ(卵) 牛乳	ケーキ 牛乳
25 (金)	雑穀ごはん	ハヤシライス 海藻サラダ ヨーグルト グレープフルーツ	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ 海藻サラダ 白菜 ポン酢 ヨーグルト グレープフルーツ みかん缶 バイン缶 もも缶 パナナ キウイ 牛乳	フルーツ盛り 牛乳
26 (土)	うどん	カレーうどん ゼリー パナナ	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 ねぎ カレールウ(牛脂) だし しょうゆ 片栗粉 ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
28 (月)	ごはん	鯖の梅焼き ひじき煮 春雨スープ キウイ	米 鯖 梅肉 みりん ひじき 人参 油揚げ こんにやく ちくわ だし 砂糖 しょうゆ みりん 春雨 人参 玉ねぎ ほうれん草 卵 鶏ガラ 淡口しょうゆ キウイ たいやき 牛乳	たいやき 牛乳
30 (水)	ロールパン	ポトフ アスパラのかつお和え 味付け小魚 オレンジ	ロールパン(卵) ウインナー じゃが芋 玉ねぎ 人参 キャベツ ブイヨン しょうゆ バセリ アスパラ かつお節 しょうゆ 味付け小魚 オレンジ じゃが芋 マヨネーズ(卵) 塩 牛乳	ふかじゃが 牛乳

