

予定献立表

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ	10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
01 一 木 一	△化米ごはん(ゆかり)防災の日 さつま汁 パインみかん缶 備蓄サラダ缶詰(2歳児～) 水(保存水)	△アルファ化米、さつまいも、ごま油	牛乳、鶏もも肉、米みそ、凍り豆腐	みかん缶、だいこん、パイン缶、ほうれんそう、にんじん、こぼう、ねぎ ピスケット(4、5歳缶パン) パック牛乳	牛乳 せんべい 牛乳 せんべい	牛乳 ウエハース おから黒糖ドーナツ 牛乳(乳児)
02 一 金 一	ごはん めだいのごま焼き かぼちゃんの甘煮 塩昆布和え	△小松菜と豆腐の味噌汁 梨	△米、小麦粉、マーガリン、砂糖、三温糖	牛乳、めだい、木綿豆腐、カッテージチーズ、米みそ、卵	△かぼちゃ、なし、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、こまつな、干し椎どう、にんじん、すりごま、塩こんぶ、りんご △チーズドロップクッキー 牛乳(幼・乳)	牛乳 ウエハース 牛乳 せんべい りんごジュース
03 一 土 一	豚肉の味噌炒め丼 華風和え 麸と青菜のすまし汁 バナナ	△米、クロワッサン、なたね油、焼き麸、片栗粉、三温糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、米みそ、かつお節	△パナ、キャベツ、もやし、たまねぎ、こまつな、にんじん、にら、ピーマン、ねぎ、赤ピーマン、にんにく、しょうが	牛乳 せんべい △クロワッサン 牛乳	牛乳 せんべい チーズドッグ 牛乳
05 一 月 一	雑穀ごはん 鮭の塩焼き なすといんげんのそぼろ煮 野菜のおひたし	△かぶと油揚げの味噌汁 オレンジ	△米、食パン、はちみつ、三温糖、押麦、きび、あわ、無塩バター、なたね油、片栗粉	牛乳、さけ、鶏ひき肉、卵、米みそ、油揚げ、かつお節	△オレンジ、はくさい、なす、ぼうれんそう、かぶ、たまねぎ、にんじん、いんげん、かぶ・葉 △飲むヨーグルト ピスケット △はちみつ風味のフレンチトースト 牛乳	牛乳 ピスケット ジャムサンド(ソフトフランス) 飲むヨーグルト
06 一 火 一	パリパリ春巻丼 ちくわときゅうりのサラダ チングン菜とはんぺんのスープ パイン	△米、じゃがいも、強力粉、はるさめ、マヨネーズ、春巻きの皮、なたね油、こま油、三温糖、	△豚肉、あられはんぺん、サラダちくわ、粉チーズ、牛乳	△パイナップル、きゅうり、にんじん、たまねぎ、チングンサイ、とうもろこし、ねぎ、だけのこ、タアサイ、しいたけ、生わかめ、うめ干し、にんにく、バナナ	△牛乳 やさいかりんとう △しゃが芋ポンデケージョ(トマト) △牛乳(乳児)	牛乳 やさいかりんとう ビスケット 牛乳(乳児)
07 一 水 一	胚芽パン 鶏肉のマリネ 切干大根のサブジ ひじきと卵のスープ	△冷凍みかん	△ライ麦パン、米、なたね油、米粉、なたね油、片栗粉、三温糖	△鶏もも肉、木綿豆腐、卵、ベーコン、しらす干し、牛乳	△冷凍みかん、キャベツ、たまねぎ、ぼうれんそう、にんじん、切り干し大根、赤ピーマン、ピーマン、焼きのり、こま、ひじき、レモン果汁、にんにく	牛乳 せんべい 牛乳 せんべい 牛乳
08 一 木 一	ごはん(ラップおにぎり) かつおと野菜の揚げ蒸 ごま酢和え えのきとオクラの味噌汁	△りんご	△米、じゃがいも、薄力粉、くりの甘露煮、片栗粉、三温糖、無塩バター、メープルシロップ、砂糖	△かつお、生揚げ、米みそ、卵、牛乳	△りんご、緑豆もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな、コーン、オクラ、いんげん、えのきだけ、ごま、焼きのり、ねぎ、にんにく、しょうが	牛乳 クラッカー 牛乳(乳児)
09 一 金 一	サラダそうめん フランクフルト(乳児ウインナー) あんばんまんボテト ぶどう(巨峰)		△干しうめん、ボテト、三温糖	△ヨーグルト、フルクトフルト(ワインナー)、チーズ、うずら卵、	△ぶどう、きゅうり、モロヘイヤ、ぼうれんそう、干ししいたけ、トマト △ぽんこてん	牛乳 ポーク ゼリーボンチ (お月さまゼリー) 揚げあられ
10 一 土 一	チャーハン 生姜炒り野菜のナムル 青菜と豆腐のスープ オレンジ	△冬瓜の味噌汁	△米、押麦、なたね油、三温糖、ごま油	△牛乳、木綿豆腐、チーズ、鶏ささ身、ハム	△オレンジ、たまねぎ、緑豆もやし、にんじん、きゅうり、チングンサイ、にら、ごま、にんにく	牛乳 せんべい 牛乳 せんべい 牛乳
12 一 月 一	ごはん 鰯の西京焼き さつま芋のきんぴら 磯和え	△梨	△米、食パン、さつまいも、三温糖、マーガリン、ごま油	△牛乳、さわら、米みそ、油揚げ	△なし、パナ、とうがん、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、こぼう、いんげん、葉ねぎ、きざみのり、レモン果汁、しょうが、りんご	牛乳 ピスケット 牛乳
13 一 火 一	中華丼 春雨サラダ もずくスープ グレープフルーツ		△米、はるさめ、三温糖、片栗粉、ごま油、なたね油	△鶏もも肉、生揚げ、うずら卵水煮缶、なると、ハム、するめ、あずき(乾)、牛乳	△グレープフルーツ、はくさい、もしく、にんじん、たまねぎ、きゅうり、だけのこ、にら、ねぎ、干ししいたけ、粉かんてん、しょうが、オレンジ	牛乳 せんべい 牛乳 せんべい 牛乳(乳児)
14 一 水 一	ナン&カレー たらこポテト ビーフンスープ パイン		△パン、じゃがいも、マヨネーズ、ピーフン、油、ごま油	△ヨーグルト、豚ひき肉、木綿豆腐、たらこ	△たまねぎ、パイナップル、にんじん、ブロッコリー、ねぎ、チングンサイ、えだまめ、コーン、りんご、しょうが、干ししいたけ、にんにく、パナ	牛乳 ポーク 牛乳(乳児)
※献立は都合により変更になる場合があります。						