



献立予定表



日	曜	副食 共 通	食材	おやつ		食材
				10時(未満児)	3時(共通)	
1	木	麦ご飯 鶏肉のごまみそ焼き 三色和え すいとん	米・押麦/鶏肉・いりごま・麦みそ・砂糖・みりん風調味料/ カットわかめ・人参・コーン・砂糖・みりん風調味料・酢・薄 口醤油/鶏肉・人参・玉ねぎ・ごぼう・白菜・板こんにゃく・油 揚げ・小麦粉・こねぎ・かつお昆布だし・薄口醤油	牛乳 ヨーグルト	☆ ほうれん草の カップケーキ スキムミルク	ホットケーキミックス・マーガリン・砂糖・卵・牛乳・ほうれん草/脱脂粉乳
2	金	鬼さんライス エビフライ ブロッコリー いちご	米/合挽肉・水煮大豆・人参・玉ねぎ・ピーマン・カレー粉・ カレールウ・牛乳・チーズ・のり・グリーンピース・ケチャッ プ・とんがりコーン/えびフライ・サラダ油/ブロッコリー・塩 /いちご	牛乳 芋けんぴ	☆ 豆乳もち スキムミルク	調整豆乳・片栗粉・きな粉・砂糖・塩/脱脂粉乳
3	土	ご飯 血うどん ワカメスープ	米/中華めん・豚肉・人参・玉ねぎ・きゃべつ・もやし・竹輪・ かまぼこ・サラダ油・砂糖・薄口醤油・片栗粉/カットわかめ・ 玉ねぎ・こねぎ・ごま・鳥がらだし・ごま油	牛乳 クラッカー	お菓子 お茶	コーンスナック・ブ レツェル/麦茶
5	月	ご飯 魚の照り焼き カリフラワーのオーロラ和え 豚汁 りんご	米/魚・砂糖・みりん風調味料・濃口醤油/カリフラワー・ケ チャップ・マヨネーズ/豚肉・人参・玉ねぎ・大根・ごぼう・板 こんにゃく・さつま芋・里芋・厚揚げ・こねぎ・かつお昆布だ し・麦みそ・ごま油/りんご	牛乳 バナナ	☆ ホットドッグ スキムミルク	パン・ケチャップ・ きゃべつ・ウインナ /脱脂粉乳
6	火	親子丼 厚揚げのみそ汁	米/鶏肉・人参・玉ねぎ・しいたけ・サラダ油・砂糖・みりん風 調味料・濃口氏醤油/厚揚げ・玉ねぎ・こねぎ・かつお昆布だ し・麦みそ	牛乳 オレンジ	チョコクリスピー 牛乳	チョコクリスピー/牛 乳
7	水	麦ご飯 魚のマヨネーズ焼き キャベツとちくわのごま和え 豆腐とワカメのみそ汁 バナナ	米・押麦/魚・人参・玉ねぎ・ピーマン・しいたけ・サラダ油・ マヨネーズ・こしょう/きゃべつ・きゅうり・竹輪・砂糖・みり ん風調味料・薄口醤油・ごま/豆腐・カットわかめ・こねぎ・麦 みそ・かつお昆布だし/バナナ	牛乳 りんご	☆ いも寄せ スキムミルク	さつま芋・砂糖・ご ま・生姜・片栗粉/脱 脂粉乳
8	木	ご飯 ポークビーンズ ひじきサラダ 大根スープ	米/豚肉・水煮大豆・人参・玉ねぎ・じゃが芋・いんげん・サラ ダ油・コンソメ・砂糖・薄口醤油・ケチャップ/ほしひじき・人 参・コーン・マヨネーズ・薄口醤油/大根・貝割れ大根・鳥がら だし	牛乳 キウイ	☆ スノーボール スキムミルク	バター・粉糖・アー モンド・小麦粉/脱脂 粉乳
9	金	給食弁当	米・ふりかけ/卵・人参・コーン・グリーンピース・コンソメ/ウ インナ・サラダ油/合挽肉・玉ねぎ・パン粉・卵・こしょう・ ケチャップ・砂糖・ソース/レタス/ほうれん草・コーン・パ ター・薄口醤油/みかん	牛乳 乾パン	お菓子バイキング スキムミルク	クッキー・チョコ レート・ドーナツ/脱 脂粉乳
10	土	ご飯 カレーうどん ほうれん草の白和え	米/うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・きゃべつ・いんげん・かつお 昆布だし・カレー粉・カレールウ・薄口醤油・片栗粉/豆腐・ほ うれん草・ごま・砂糖・薄口醤油	牛乳 ビスケット	お菓子 お茶	サブレ・塩せんべい/ 麦茶
13	火	牛丼 あおさのみそ汁	米/牛肉・玉ねぎ・サラダ油・砂糖・濃口醤油/あおさ・豆腐・ こねぎ・かつお昆布だし・麦みそ	牛乳 バナナ	☆竹輪の磯辺揚げ お茶	竹輪・小麦粉・あお さ・卵・サラダ油/麦 茶
14	水	麦ご飯 魚の酢豚風 ブロッコリー 中華スープ パイナップル	米・押麦/魚・片栗粉・サラダ油・人参・玉ねぎ・ピーマン・黄ピー マン・赤ピーマン・だけのこと・しいたけ・砂糖・みりん風調味料・ケ チャップ・濃口醤油/ブロッコリー・塩/鶏肉・人参・玉ねぎ・だけ のこと・白菜・こねぎ・鳥がらだし/パイナップル	牛乳 オレンジ	ヨーグルト 乾パン お茶	ヨーグルト/乾パン/ 麦茶
15	木	ご飯 豚肉と大根の炒め物 さつま汁	米/豚肉・大根・人参・玉ねぎ・貝割れ大根・サラダ油・砂糖・ 濃口醤油/鶏肉・豆腐・さつま芋・人参・根菜ねぎ・かつお昆布 だし・塩・酒・薄口醤油	牛乳 りんご	メロンパン チーズ 牛乳	メロンパン/チーズ/ 牛乳
16	金	ハヤシライス マカロニサラダ オレンジ	米/牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・サラダ油・ハヤシルウ・牛 乳/マカロニ・ハム・人参・きゅうり・マヨネーズ・砂糖・こ しょう/オレンジ	牛乳 キウイ	☆ バナナケーキ スキムミルク	ホットケーキミックス・マーガリン・砂糖・卵・牛乳・バナ ナ/脱脂粉乳
17	土	ミートスパゲティ コンソメスープ	スパゲティ・合挽肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース・サラダ 油・トマト缶・ケチャップ・砂糖・濃口醤油/ベーコン・きゃべ つ・人参・玉ねぎ・コンソメ/パセリ	牛乳 コーン フレーク	お菓子 お茶	コーンスナック・ブ レツェル/麦茶
19	月	ご飯 高野豆腐の卵とじ ししゃも わかめのみそ汁 キウイ	米/卵・鶏肉・高野豆腐・人参・玉ねぎ・きゃべつ・しいたけ・ いんげん/砂糖・みりん風調味料・薄口醤油・サラダ油/ししゃ も・塩/カットわかめ/玉ねぎ・こねぎ・かつお昆布だし・麦 みそ・キウイ	牛乳 バナナ	☆ ラスク スキムミルク	パン・マーガリン・ グラニュー糖/脱脂粉 乳
20	火	麦ご飯 チキンステーキ 人参グラッセ ブロッコリー カラフル野菜スープ	米・押麦/鶏肉・こしょう・小麦粉・じゃが芋・バター・牛乳・ 塩/人参・砂糖・みりん風調味料・薄口醤油/ブロッコリー・塩/ 卵・人参・玉ねぎ・レタス・しいたけ・カットわかめ・貝割れ 大根・コンソメ	牛乳 オレンジ	☆ ほうれん草と ツナの春巻き スキムミルク	春巻きの皮・シーチ キン・チーズ・ほう れん草・サラダ油/脱 脂粉乳
21	水	炊き込みご飯 ピーマンの肉詰め ポテトサラダ オレンジ コーンとチンゲン菜のスープ	米/鶏肉・人参・ごぼう・しいたけ・油揚げ・しらす干し・塩・みりん 風調味料・酒・濃口醤油/ピーマン・合挽肉・玉ねぎ・卵・パン粉・ケ チャップ/じゃが芋・人参・きゅうり・コーン・ハム・マヨネーズ・砂 糖・こしょう/チンゲンサイ・コーン・コンソメ/バナナ	牛乳 りんご	☆ アーモンド カップケーキ スキムミルク	ホットケーキミックス・マーガリン・砂糖・卵・牛乳・アー モンド/脱脂粉乳
22	木	お弁当の日	(豆腐・カットわかめ・こねぎ・麦みそ・かつお昆布だし)	牛乳 丸ボーロ	お菓子 お茶	サブレ・塩せんべい/ 麦茶
24	土	ご飯 ちゃんぽん きゅうりとワカメの酢の物	米/中華めん・豚肉・むきえび・人参・玉ねぎ・きゃべつ・もやし・ かまぼこ・コーン・サラダ油・鳥がらだし・薄口醤油/きゅ うり・カットわかめ・砂糖・酢・薄口醤油	牛乳 ウエハース	お菓子 お茶	コーンスナック・ブ レツェル/麦茶
26	月	パン 魚のムニエル エッグサラダ 豆乳スープ パイナップル	パン/魚・こしょう・小麦粉・バター/卵・人参・きゅうり・ きゃべつ・マヨネーズ・こしょう/調整豆乳・ベーコン・えの き・ほうれん草・コンソメ/パイナップル	牛乳 バナナ	☆ ねぎ焼き スキムミルク	小麦粉・卵・こね ぎ・中濃ソース・マ ヨネーズ・あおのり/ 脱脂粉乳
27	火	カレーライス 野菜サラダ	米・雑穀/豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・サラ ダ油・カレールウ・牛乳/きゃべつ・きゅうり・レタス・トマ ト・ドレッシング	牛乳 オレンジ	☆ チーズカップ ケーキ スキムミルク	ホットケーキミックス・砂糖・卵・牛 乳・ごま・チーズ/脱 脂粉乳
28	水	ご飯 鮭のきのこソース焼き ブロッコリーのごま和え 卵スープ バナナ	米/鮭・人参・玉ねぎ・じゃが芋・えのき・しめじ・バター・薄 口醤油/ブロッコリー・ごま・砂糖・みりん風調味料・薄口醤油 /卵・こねぎ・鳥がらだし/バナナ	牛乳 りんご	☆ さつま芋蒸しパン スキムミルク	小麦粉・牛乳・さつ ま芋/脱脂粉乳
29	木	ご飯 わかめうどん 納豆入りかき揚げ	米/うどん・カットわかめ・かまぼこ・こねぎ・かつお昆布だ し・薄口醤油/納豆・人参・南瓜・ピーマン・さつま芋・小麦 粉・サラダ油	牛乳 せんべい	くるみパン 昆布 お茶	パン/昆布/麦茶