



献立予定表



日	曜	副食通	食材	おやつ		食材	
				10時(未満児)	3時(共通)		
1	金	ちらし寿司 鶏肉の唐揚げ ほうれん草のごま和え 菜の花のすまし汁 いちご	米・たけのこ・れんこん・人参・乾しいたけ・さやいんげん・酢・卵・サラダ油・のり・いりごま・てんぷら/鶏肉・生姜・砂糖・みりん・酒・濃口醤油・片栗粉/ほうれん草・いりごま・砂糖・みりん・薄口醤油/菜の花・人参・かつお昆布だし・薄口醤油/いちご	牛乳 クラッカー	ケーキ カルピス	ケーキ/カルピス	
2	土	ご飯 たぬきうどん れんこんの金平	米/うどん・かまぼこ・カットわかめ・こねぎ・かつお昆布だし・薄口醤油・小麦粉・サラダ油/れんこん・人参・いりごま・砂糖・濃口醤油	牛乳 芋けんぴ	お菓子 お茶	サブレ・塩せんべい/ 麦茶	
4	月	パン 和風スパゲティ 大根スープ オレンジ	パン/スパゲティ・ベーコン・人参・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・のり・バター・薄口醤油/大根・貝割れ大根・鳥がらだし/オレンジ	牛乳 バナナ	ふかし芋 スキムミルク	さつま芋/脱脂粉乳	
5	火	麦ご飯 おでん 山芋の酢の物	米・押麦/卵・鶏肉・大根・竹輪・丸天・棒天・板こんにゃく・厚揚げ・かつお昆布だし・薄口醤油/山芋・きゅうり・しらす干し・砂糖・みりん・酢・薄口醤油	牛乳 りんご	ドーナツ 昆布 お茶	ドーナツ/昆布/お茶	
6	水	チキンカレー カミカミ和え ヨーグルト	米/鶏肉・ヨーグルト・カレー粉・人参・玉ねぎ・プロックリ・じゃが芋・コンソメ・カレールウ・牛乳/さきいか・きゅうり・人参・砂糖・みりん・酢・薄口醤油/ヨーグルト	牛乳 オレンジ	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	
7	木	ご飯 チキンステーキ 人参グラッセ プロックリー カラフル野菜スープ	米/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・薄口醤油・バター/プロックリー・塩/卵・人参・玉ねぎ・レタス・乾しいたけ・わかめ・貝割れ大根・コンソメ	牛乳 キウイ	フライドポテト スキムミルク	じゃが芋・サラダ 油・塩/脱脂粉乳	
8	金	人参飯 鮭ボール せん切りキャベツ もやしスープ りんご	米・人参・油揚げ・塩・みりん・酒・薄口醤油/じゃが芋・さけ・玉ねぎ・小麦粉・卵・パン粉・サラダ油・ケチャップ・マヨネーズ/きゃべつ・人参/もやし・こねぎ・鳥がらだし/りんご	牛乳 ビスケット	北欧パン 牛乳	北欧パン/牛乳	
9	土	牛丼 厚揚げのみそ汁	米/牛肉・玉ねぎ・サラダ油・砂糖・濃口醤油/厚揚げ・こねぎ・かつお昆布だし・麦みそ	牛乳 昆布	お菓子 お茶	揚げせんべい・ドーナツ/麦茶	
11	月	ご飯 鶏肉のレモン煮 中華サラダ ワカメスープ オレンジ	米/鶏ささみ・片栗粉・サラダ油・レモン汁・砂糖・濃口醤油/ハム・人参・きゅうり・白菜・もやし・砂糖・酢・濃口醤油/カットわかめ・玉ねぎ・こねぎ・いりごま・鳥がらだし・ごま油/オレンジ	牛乳 バナナ	芋天 スキムミルク	さつま芋・小麦粉・ 塩・サラダ油/脱脂粉 乳	
12	火	ナポリタン 長崎サラダ 豆乳スープ	スパゲティ・ウインナー・人参・玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ・黄パプリカ・サラダ油・ケチャップ・砂糖・濃口醤油/中華めん・きゃべつ・レタス・きゅうり・トマト・ドレッシング/豆乳・ベーコン・えのき・ほうれん草・コンソメ	牛乳 オレンジ	プリン 昆布 お茶	プリン/昆布/麦茶	
13	水	麦ご飯 筑前煮 ししゃも あおさのみそ汁 パインアップル	米・押麦/鶏肉・人参・ごぼう・たけのこ・れんこん・里芋・乾しいたけ・さやえんどう・板こんにゃく・さつま揚げ・サラダ油・砂糖・みりん・濃口醤油/ししゃも/あおさ・豆腐・こねぎ・かつお昆布だし・麦みそ/パインアップル	牛乳 りんご	えびせん スキムミルク	えびせん/脱脂粉乳	
14	木	ご飯 魚の南蛮漬け プロックリー かき玉汁	米/魚・片栗粉・サラダ油・人参・玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ・黄パプリカ・砂糖・みりん・濃口醤油/プロックリー・塩/卵・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・こねぎ・鳥がらだし	牛乳 キウイ	大根餅 スキムミルク	大根・こねぎ・ベー コン・米粉・塩こ しょう・ごま油/脱脂 粉乳	
15	金	オムライス チキンバー ポテトサラダ プロックリー ミニトマト ヨーグルト	米・卵・鶏肉・玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース・サラダ油・ケチャップ・塩こしょう/鶏肉・塩こしょう・油/じゃが芋・サラダ油・塩/じゃが芋・プロックリー・人参・マヨネーズ・砂糖・クラッカー/プロックリー・塩/ミニトマト/ヨーグルト	牛乳 ウエハース	アップルパイ 牛乳	パイシート・りん ご・砂糖/牛乳	
16	土	卒園式					
18	月	パン ミートスパゲティ コンソメスープ バナナ	パン/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/バナナ	牛乳 りんご	お菓子 お茶	サブレ・塩せんべい/ 麦茶	
19	火	ご飯 すき焼き風煮 なめこ汁	米/牛肉・焼き豆腐・人参・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・しめじ・えのき・にら・白滝・砂糖・みりん・濃口醤油・サラダ油/なめこ・豆腐・あおさ・かつお昆布だし・麦みそ	牛乳 オレンジ	人参ホットケーキ スキムミルク	人参・ホットケーキ ミックス・卵・牛 乳・サラダ油/脱脂粉 乳	
21	木	パン チーズオムレツ ワカメのサラダ 里芋のシチュー りんご	パン/卵・チーズ・コンソメ・ケチャップ/カットわかめ・しらす干し・人参・きゅうり・レタス・砂糖・みりん・酢・薄口醤油/鶏肉・里芋・人参・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・サラダ油・シチューの素・牛乳/りんご	牛乳 バナナ	ごまラスク スキムミルク	食パン・いりごま・ 砂糖/脱脂粉乳	
22	金	麦ご飯 魚の磯辺揚げ 三色ナムル すいとん	米・押麦/魚・あおさ・小麦粉・卵・サラダ油・塩/もやし・人参・ほうれん草・いりごま・みりん・酒・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・こねぎ・かつお昆布だし・薄口醤油	牛乳 キウイ	ホットドッグ 牛乳	パン・ケチャップ・ レタス・ウインナー/ 牛乳	
23	土	ハヤシライス 三色和え	米/牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・サラダ油・ハヤシルー・牛乳/カットわかめ・人参・コーン・砂糖・みりん・酢・薄口醤油	牛乳 せんべい	お菓子 お茶	サブレ・塩せんべい/ 麦茶	
25	月	ご飯 魚のチーズピカタ ほうれん草のソテー チンゲン菜と卵のスープ バナナ	米/魚・こしょう・小麦粉・卵・粉チーズ・パセリ・チーズ/ほうれん草・人参・コーン・グリーンピース・バター・薄口醤油/卵・チンゲンサイ・乾しいたけ・こねぎ・鳥がらだし/バナナ	牛乳 オレンジ	ちんすこう スキムミルク	小麦粉・砂糖・塩・ サラダ油/脱脂粉乳	
26	火	雑穀米 鮭の塩焼き 小松菜のお浸し 豚汁	米・雑穀/さけ・塩/小松菜・えのき・かつお昆布だし・みりん・薄口醤油・かつお節/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	牛乳 りんご	ピーナツサンド スキムミルク	パン・ピーナツパ ター/脱脂粉乳	
27	水	ご飯 ハンバーグ 滑むきトマト プロックリー 豆腐とワカメのみそ汁 パインアップル	米/合挽肉・玉ねぎ・塩こしょう・卵・パン粉・ケチャップ/トマト/プロックリー・塩/豆腐・カットわかめ・こねぎ・麦みそ・かつお・昆布だし/パインアップル	牛乳 バナナ	スノーボール スキムミルク	バター・乳糖・アー モンドプードル・小 麦粉/脱脂粉乳	
28	木	麦ご飯 魚の西京焼き 大豆の五目煮 青菜のすまし汁	米・押麦/魚・米みそ・砂糖・みりん/だいず・人参・れんこん・ごぼう・板こんにゃく・砂糖・みりん・濃口醤油/小松菜・しらす干し・かつお昆布だし・薄口醤油	牛乳 ビスケット	フルーツ ヨーグルト 昆布 お茶	ブルーベリーヨーグル ト・砂糖/みかん缶・ もも缶・バナナ・り んご/昆布/麦茶	
29	金	お弁当の日					
30	土	三色丼 ワカメのみそ汁	米/鶏ひき肉・砂糖・薄口醤油・サラダ油・卵・塩・さやいんげん・塩/カットわかめ・玉ねぎ・こねぎ・かつお昆布だし・麦みそ	牛乳 クラッカー	お菓子 お茶	揚げせんべい・ドーナツ/麦茶	