

日曜日	献立名	材 料	主食 フルーツ	10時おやつ (乳児のみ)	3時おやつ (全員)
1 火	あずきご飯 鱈の照焼き 根菜サラダ かぶの煮物 豆腐の味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 ごま さわら 砂糖 醤油 酒 みりん ごぼう 蓮根 きゅうり 人参 マヨネーズ 醤油 塩こしょう かぶ 鶏肉 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 豆腐 あおさ しめじ 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 野菜 スティック*	牛乳 ビザトースト (手作り)
2 水	☆お誕生会☆	《特別メニュー》			
3 木	ぶりのカレー粉焼き 春雨サラダ 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁	ぶり マヨネーズ カレー粉 塩こしょう 春雨 きゅうり わかめ ハム 砂糖 醤油 酢 ごま 高野豆腐 いんげん 砂糖 醤油 みりん キャベツ 人参 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 小魚 スナック*	ジョア 英字 ビスケット*
4 金	肉うどん 野菜たっぷりナムル ゆで卵	牛肉 玉葱 人参 えのき かまぼこ ねぎ 砂糖 醤油 みりん 塩 ほうれん草 切干大根 もやし 人参 ひじき 砂糖 醤油 ごま油 ごま 卵	麺 バナナ	牛乳 荒挽き えびせん*	牛乳 きな粉の お麩ラスク (手作り)
5 土	中華どんぶり ブロッコリのごま和え べつたら漬け 玉葱の味噌汁	豚肉 キャベツ 人参 白葱 たけのこ 干し椎茸 生姜 砂糖 醤油 ウエイパー 塩こしょう ごま油 片栗粉 ブロッコリー 醤油 みりん ごま べつたら漬け 玉葱 人参 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 いも花子*	牛乳 ミニミレー ビスケット*
7 月	トンテキ ツナサラダ パプリカのチズ炒め コンソメスープ	豚肉 塩こしょう 玉葱 にんにく 砂糖 醤油 みりん 酢 片栗粉 ツナ 大根 きゅうり 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう パプリカ パルメザンチーズ 塩こしょう キャベツ 人参 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 柿	牛乳 カリポテ スナック*	牛乳 恐竜 ものがたり*
8 火	雑穀ご飯 鮭の塩焼き ひじきサラダ 鶏レバーの甘辛煮 じゃがいもの味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 ごま 鮭 塩 ひじき きゅうり 人参 コーン マヨネーズ 醤油 鶏レバー 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん じゃがいも 玉葱 ブラウンえのき 味噌 ねぎ	ご飯 ピオーネ	牛乳 ふ菓子*	牛乳 チーズ 蒸しケーキ (手作り)
9 水	ロールパン かぼちゃグラタン もやしのサラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	ロールパン 鶏肉 かぼちゃ 玉葱 ピーマン マッシュルーム コンソメ 塩こしょう バター 小麦粉 牛乳 チーズ パン粉 もやし きゅうり 人参 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう ミニトマト 卵 青梗菜 キャベツ コンソメ 塩こしょう パセリ	パン りんご	牛乳 ひじき あられ*	牛乳 チュモツパ (手作り)
10 木	ビビンバ 海草サラダ きのこの味噌汁	豚肉 生姜 卵 塩 ほうれん草 もやし 人参 砂糖 醤油 ごま油 赤味噌 みりん たくあん漬け 海草ミックス きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま 椎茸 えのき 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 わくわく ゼリー*	カップde ヤクルト
11 金	さばの竜田揚げ くらげの酢の物 小松菜のマヨ和え わかめスープ	さば 生姜 醤油 片栗粉 くらげ きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま 小松菜 コーン マヨネーズ 塩こしょう わかめ 豆腐 人参 牛スープ ねぎ	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 カル鉄 スティック*	牛乳 アップルパイ (手作り)
12 土	ひじきご飯 キャベツのゆかり和え つぼ漬け さつまいもの味噌汁	鶏肉 ひじき ごぼう 人参 油揚げ 干し椎茸 砂糖 醤油 みりん キャベツ ゆかり 塩 つぼ漬け さつまいも 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 赤ちゃん せんべい*	牛乳 水族館の なかまたち*
15 火	鶏の塩麹焼き わかめの酢の物 納豆 人参の味噌汁	鶏肉 塩麹 はちみつ わかめ きゅうり 赤玉葱 砂糖 醤油 酢 ごま 納豆 醤油 梅干し ねぎ 花がとお 人参 大根 水菜 味噌 ねぎ	ご飯 柿	牛乳 畑の スナック*	天茶 フルーツ ヨーグルト (手作り)
16 水	あずきご飯 豚の角煮 切干大根の酢の物 野菜の付け合わせ かき玉汁	うるち米 もち米 小豆 塩 ごま 豚肉 生姜 昆布 砂糖 醤油 酒 みりん 切干大根 きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ミニトマト 卵 春雨 ほうれん草 醤油 みりん 塩 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 おから スナック*	牛乳 抹茶の ダイヤモンド クッキー (手作り)

日曜日	献立名	材 料	主食 フルーツ	10時おやつ (乳児のみ)	3時おやつ (全員)
17 木	鮭のハーブ焼き りんご入りホテトサラダ 紫キャベツの酢漬け ミネストローネ	鮭 ハーブソルト じゃがいも きゅうり 人参 ハム りんご マヨネーズ 塩こしょう 紫キャベツ 砂糖 酢 塩 玉葱 セロリ コーン カットマト コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 ピオーネ	牛乳 海草 スナック*	ヤクルト しお ぼんせん*
18 金	味噌カツ もやしの酢の物 キャベツの干切り なめこの清まし汁	豚肉 塩こしょう 小麦粉 卵 パン粉 赤味噌 砂糖 みりん ごま もやし わかめ 人参 砂糖 醤油 酢 キャベツ ベビーリーフ ドレッシング なめこ 豆腐 巻き麩 醤油 みりん 塩 みつば	ご飯 りんご	牛乳 芋グラッセ*	牛乳 のり巻き あられ*
21 月	鱈の味噌漬け焼き キャベツの酢の物 里芋の煮物 大根の味噌汁	さわら 味噌 砂糖 みりん キャベツ わかめ きゅうり 砂糖 醤油 酢 里芋 砂糖 醤油 みりん 花がとお 大根 人参 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 ごぼう スナック*	牛乳 紫いも チップ*
22 火	中華ロースチキン ほうれん草のお浸し れんこんのきんぴら 中華コーンスープ	鶏肉 玉葱 にんにく 生姜 醤油 みりん ごま油 ごま ほうれん草 もやし 人参 醤油 みりん 花がとお 蓮根 人参 砂糖 醤油 ごま油 クリームコーン 卵 牛スープ ねぎ 片栗粉	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 ミルク スティック*	牛乳 みかん 寒天 (手作り)
23 水	ししゃも 大豆とひじきの煮物 人参の味噌マヨ和え 小松菜の味噌汁	ししゃも 鶏肉 大豆 ひじき 人参 油揚げ 昆布 砂糖 醤油 みりん 人参 味噌 マヨネーズ 砂糖 小松菜 玉葱 花麩 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 栗しぐれ*	牛乳 ホットケーキ (手作り)
24 木	豚の味噌ケチャップ焼 サラダなます 青梗菜のあんかけ 豆腐の味噌汁	豚肉 生姜 味噌 ケチャップ 酒 ごま油 大根 きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 青梗菜 かにかま 砂糖 醤油 とりがらすプ ごま油 塩こしょう 片栗粉 豆腐 エリンギ あおさ 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 とうもろこし あられ*	牛乳 ケーキサレ (手作り)
25 金	ロールパン 鶏のマヨマスタードソース パプリカサラダ きのこのマリネ かぼちゃのポタージュ	ロールパン 鶏肉 塩こしょう マヨネーズ マスタード はちみつ パプリカ キャベツ きゅうり 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう 椎茸 しめじ 舞茸 えのき 砂糖 醤油 酢 オリーブ油 塩こしょう かぼちゃ 玉葱 牛乳 バター コンソメ 塩こしょう パセリ	パン 柿	牛乳 あずきな クラッカー*	ソフール
26 土	カレーライス カリフラワーのマヨ和え 福神漬け	牛肉 玉葱 人参 じゃがいも ルウ ソース 塩こしょう カリフラワー マヨネーズ マスタード 塩こしょう 福神漬け	ご飯 オレンジ	牛乳 小粒揚げ*	牛乳 黒豆きな粉 あられ*
28 月	豚のりんごソースかけ コールスローサラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	豚肉 塩こしょう りんご バター 醤油 白ワイン キャベツ きゅうり 人参 コーン コールスロートレッシング 塩こしょう サニーレタス 玉葱 ミックスビーンズ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 ピオーネ	牛乳 うす焼き せんべい*	牛乳 パフスナック ソース味*
29 火	炊き込みご飯 きゅうりの酢の物 豚汁	しめじ 舞茸 えのき ツナ 人参 醤油 みりん しば漬け きゅうり わかめ ちくわ 砂糖 醤油 酢 ごま 豚肉 大根 人参 ごぼう 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 りんご	牛乳 スイート ポリコーン*	牛乳 パンクプリン (手作り)
30 水	麻婆豆腐 きゅうりの梅肉和え ほうれん草の味噌汁	豚肉 豆腐 人参 ピーマン 干し椎茸 生姜 砂糖 醤油 ウエイパー 塩こしょう ごま油 きゅうり ちりめんじゃこ 梅干し みりん 花がとお ほうれん草 玉葱 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 栗しぐれ*	牛乳 おたのしみ カステラ*
31 木	さばの味噌煮 切干大根のサラダ 昆布の佃煮 豆苗の味噌汁	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 酒 みりん 切干大根 きゅうり 人参 ささみ マヨネーズ オイスターソース 塩こしょう 昆布 砂糖 醤油 花がとお ごま 豆苗 キャベツ ブラウンえのき 味噌 ねぎ	ご飯 柿	牛乳 ひじき スティック*	牛乳 カルピスジュレ (手作り)

🍎 今月のテーマは『りんご博士になろう!』です。
左記のイラストが目印です。

和食: 15回
洋食: 5回
中華: 4回

ご飯: 21回
パン: 2回
麺類: 1回

豚肉: 8回
鶏肉: 5回
牛肉: 2回
魚類: 9回

- ・材料の都合により献立を一部、変更する場合があります。
- ・*印のついたおやつは自然食品のものを使用しております。
- ・0歳児、離乳食メニューはその日の食材を使用し、個人別に対応しております。
- ・材料、おやつには出来るだけ食品添加物無添加、自然食品のものを使用するように努めております。

