

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 金	あずきご飯 豚肉と大根の炒め煮 小松菜のマヨ和え わかめの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 豚肉 大根 人参 干し椎茸 こんにやく にんにく 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ごま油 小松菜 コーン マヨネーズ 塩こしょう わかめ 玉葱 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 芋けんぴ*	牛乳 大学芋 (手作り)
2 土	チキンライス カリフラワーのマヨ和え 野菜の付け合わせ コンソメスープ	鶏肉 玉葱 ミックスベジタブル ケチャップ コンソメ 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 サラダ菜 玉葱 人参 セロリ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 柿	牛乳 海草 スナック*	牛乳 おやつ カステラ*
5 火	ぶりの味噌漬け焼き キャベツの酢の物 納豆 大根の味噌汁	ぶり 味噌 砂糖 みりん キャベツ 人参 わかめ 砂糖 醤油 酢 納豆 醤油 たくあん ごま 大根 しめじ 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 りんご	牛乳 うす焼き せんべい*	牛乳 えびまる せん*
6 水	豚の塩麴焼き ほうれん草のナムル かぶの煮物 さつまいもの味噌汁	豚肉 塩麴 はちみつ ほうれん草 もやし 人参 砂糖 醤油 ごま ごま油 かぶ 醤油 酒 みりん さつまいも 玉葱 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 みかん	牛乳 ミルク スティック*	牛乳 りんご寒天 (手作り)
7 木	雑穀ご飯 鯖の照り焼き 白菜のお浸し さつまいものホテサウ 豆腐の味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 鯖 砂糖 醤油 酒 みりん 白菜 人参 柚子 みりん 醤油 花がとお さつまいも きゅうり 人参 ハム マヨネーズ 塩こしょう 豆腐 わかめ 椎茸 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 カリポテ スナック*	カップde ヤクルト
8 金	ロールパン かぼちゃのシチュー パプリカサラダ 水菜のサラダ	ロールパン 鶏肉 玉葱 人参 かぼちゃ しめじ マッシュルーム ルウ 牛乳 塩こしょう コンソメ パセリ パプリカ キャベツ もやし 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう 水菜 レタス ドレッシング	パン りんご	牛乳 あまから せん*	牛乳 ナゲット (手作り)
9 土	ハヤシライス らっきょう漬け チーズ	牛肉 玉ねぎ 人参 カットマト ケチャップ ルウ 塩こしょう パセリ らっきょう漬け プロセスチーズ	ご飯 バナナ	牛乳 栗しぐれ*	牛乳 しおポン せん*
11 月	豚のハーブ焼き 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 ハーブソルト キャベツ きゅうり 人参 コーン コールスローードレッシング 塩こしょう ミニトマト 卵 大根 エリンギ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 オレンジ	牛乳 二色あられ*	牛乳 ミレー ビスケット*
12 火	鮭の塩焼き きゅうりの酢の物 鶏レバーの甘辛煮 花麴の味噌汁	鮭 塩 きゅうり キャベツ 人参 砂糖 醤油 酢 ごま 鶏レバー 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 花麴 玉葱 わかめ 味噌 ねぎ	ご飯 グループ フルーツ	牛乳 小粒揚げ*	天茶 シリアル ヨーグルト (手作り)
13 水	☆お誕生会☆	《特別メニュー》			
14 木	ししゃも 切干大根の煮物 昆布の佃煮 相性汁	ししゃも 切干大根 人参 こんにやく 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒 みりん 昆布 砂糖 醤油 ごま 花がとお さつまいも 春雨 味噌 牛乳 ねぎ	ご飯 みかん	牛乳 フルーツ ラムネ*	ジョア のり巻き あられ*
15 金	あずきご飯 鶏の味噌ケチャップ焼 白菜とツナのお浸し 里芋の煮物 きのこの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 鶏肉 生姜 味噌 ケチャップ 酒 ごま油 白菜 ツナ 人参 醤油 みりん 里芋 砂糖 醤油 みりん 花がとお 椎茸 えのき 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 ミックス ゼリー*	牛乳 焼き芋大会 (手作り)
16 土	春雨どんぶり べったら漬け きゅうりの酢漬け じゃがいもの味噌汁	豚肉 春雨 人参 たけのこ 白葱 砂糖 醤油 ごま油 ねぎ べったら漬け きゅうり 砂糖 醤油 酢 ごま油 じゃがいも 玉葱 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 全粒粉 クラッカー*	牛乳 とうもろこし あられ*

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)
18 月	豚の生姜焼き ひじきサラダ 高野豆腐の煮物 舞茸の味噌汁	豚肉 生姜 砂糖 生姜 酒 みりん ひじき きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま ごま油 高野豆腐 卵 砂糖 醤油 みりん 舞茸 玉葱 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 柿	牛乳 おたのしみ カステラ*	牛乳 磯辺巻* カステラ*
19 火	雑穀ご飯 鯖の味噌煮 ささみサラダ チンゲン菜の煮浸し 白菜の味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま さば 味噌 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ささみ 大根 きゅうり マヨネーズ 塩こしょう チンゲン菜 油揚げ 醤油 みりん 白菜 わかめ 人参 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 たまごボーロ* カステラ*	牛乳 ホットケーキ (手作り)
20 水	きのこほうれん草のクリームパスタ ツナサラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	ベーコン しめじ エリンギ ほうれん草 玉葱 バター 牛乳 薄力粉 コンソメ 塩こしょう パセリ ツナ もやし きゅうり 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう レタス ドレッシング 大根 コーン セロリ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 みかん	牛乳 ねじりん棒* カステラ*	牛乳 ふかし芋 (手作り)
21 木	焼き鳥 根菜の黒ごまサラダ 梅干し 椎茸の味噌汁	鶏肉 砂糖 醤油 酒 みりん ごぼう れんこん 人参 きゅうり コーン マヨネーズ 醤油 塩こしょう 黒ごま 梅干し 椎茸 キャベツ 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 ひじき スティック*	ソフール
22 金	八宝菜 ほうれん草のマヨ和え わか玉スープ	豚肉 白菜 人参 玉葱 たけのこ 白葱 干し椎茸 きくらげ 生姜 砂糖 醤油 みりん ウエイパー 塩こしょう ごま油 片栗粉 ほうれん草 コーン マヨネーズ 塩こしょう わかめ 卵 えのき 牛スープ ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 畑の クラッカー* カステラ*	牛乳 じゃがいもの チーズボール (手作り)
25 月	豚のマーマレード焼き 海草サラダ ブロッコリーのマヨ和え エリンギの味噌汁	豚肉 塩こしょう にんにく マーマレード 砂糖 醤油 赤ワイン 海草ミックス きゅうり 人参 ちりめんじゃこ 砂糖 醤油 酢 ごま ブロッコリー マヨネーズ マスタード 塩こしょう エリンギ 白菜 麩 味噌 ねぎ	ご飯 りんご	牛乳 ふわふわ チップス* カステラ*	牛乳 まあるい クラッカー*
26 火	鮭のハーブ焼き かぼちゃのサラダ きのこのソテー コンソメスープ	鮭 ハーブソルト かぼちゃ きゅうり 玉葱 チーズ マヨネーズ 塩こしょう しめじ えのき 舞茸 にんにく 醤油 塩こしょう オリーブ油 卵 キャベツ ほうれん草 コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 胚芽 ビスケット* カステラ*	牛乳 マシュマロ おこし (手作り)
27 水	鶏の塩焼き もやしの酢の物 さつまいもの甘辛煮 小松菜の味噌汁	鶏肉 塩 もやし きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 さつまいも 大豆 はちみつ 醤油 酒 みりん ごま 小松菜 大根 わかめ 味噌 ねぎ	ご飯 柿	牛乳 ポテト チップス* カステラ*	牛乳 お麩ラスク (手作り)
28 木	すき焼き風煮 豆苗のお浸し ちりめんじゃこ なめこの味噌汁	牛肉 白菜 玉葱 人参 こんにやく 焼き豆腐 えのき 麩 砂糖 醤油 酒 みりん 豆苗 竹輪 醤油 みりん 花がとお ちりめんじゃこ なめこ 玉葱 わかめ 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 小魚 スナック* カステラ*	ヤクルト いも花子* カステラ*
29 金	ちゃんぽん麺 わかめの酢の物 きゅうりの梅肉和え	豚肉 えび キャベツ 玉葱 人参 もやし コーン かまぼこ ねぎ にんにく 生姜 味噌 砂糖 醤油 酒 みりん 牛乳 オイスターソース 鶏がらスープ ごま油 塩こしょう わかめ もやし 油揚げ 砂糖 醤油 酢 きゅうり 梅干し みりん 花がとお	ご飯 みかん	牛乳 野菜 スティック* カステラ*	牛乳 ジャムパン (手作り)
30 土	カレーピラフ 福神漬け 野菜の付け合わせ コンソメスープ	ウインナー 玉葱 ミックスベジタブル コンソメ カレー粉 塩こしょう 福神漬け サニーレタス ドレッシング 玉葱 人参 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 オレンジ	牛乳 根昆布 あられ* カステラ*	牛乳 紫いも チップス* カステラ*

今月は、『さつまいも博士になろう!』ということで、さつまいもを取り入れています。このマークが目印です。

- 和食: 14回
- 洋食: 7回
- 中華: 2回
- ご飯: 20回
- パン: 1回
- 麺類: 2回
- 豚肉: 10回
- 鶏肉: 5回
- 牛肉: 2回
- 魚類: 6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。

