

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 木	あずきご飯 豚の角煮 海草サラダ 野菜の付け合わせ しめじの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 海草ミックス きゅうり 人参 ちりめんじゃこ 砂糖 醤油 酢 とうもろこし しめじ 玉葱 ほうれん草 味噌 ねぎ	ご飯  バナナ	牛乳 芋けんぴ*	ジョア いも花子*
2 金	鶏肉のハーブ焼き マカロニサラダ 野菜のピクルス コンソメスープ	鶏肉 ハーブソルト マカロニ きゅうり 人参 ツナ ごま マヨネーズ 塩こしょう 大根 パプリカ セロリ 砂糖 酢 玉葱 エリンギ コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯  オレンジ	牛乳 海草 スナック*	牛乳 お麩ラスク (手作り)
3 土	ハヤシライス らっきょう漬け カリフラワーのマヨ和え	牛肉 玉葱 人参 カットマト ルウ ケチャップ 塩こしょう パセリ らっきょう漬け カリフラワー マヨネーズ マスタード 塩こしょう	ご飯 グレーブ フルーツ	牛乳 えび まるせん*	牛乳 カリポテ スナック*
5 月	魚の塩焼き もやしの酢の物 きゅうりの塩昆布和え えのきの味噌汁	ぶり 塩 もやし キャベツ 人参 砂糖 醤油 酢 きゅうり 塩昆布 えのき 玉葱 ほうれん草 味噌 ねぎ	ご飯  巨峰	牛乳 牛乳 かりんとう*	牛乳 カップ ケーキ*
6 火	雑穀ご飯 焼き鳥 春雨サラダ 高野豆腐の煮物 大根の味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 鶏肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 春雨 わかめ きゅうり ツナ 砂糖 醤油 酢 高野豆腐 さやえんどう 砂糖 醤油 みりん 大根 椎茸 人参 味噌 ねぎ	ご飯  梨	牛乳 うす焼き せんべい*	牛乳 黒糖蒸しパン (手作り)
7 水	☆お誕生会☆	《特別メニュー》 			
8 木	豚の味噌ケチャップ焼 大根サラダ 野菜の付け合わせ 舞茸の味噌汁	豚肉 味噌 ケチャップ 酒 ごま油 大根 きゅうり かにかま マヨネーズ 塩こしょう サラダ菜 舞茸 玉葱 人参 味噌 ねぎ	ご飯  バナナ	牛乳 栗しぐれ*	アロエ ヨーグルト
9 金	肉じゃが ブロッコリーのごま和え わかめの味噌汁	豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 こんにゃく 砂糖 醤油 酒 みりん ブロッコリー 醤油 みりん ごま わかめ キャベツ 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯  オレンジ	牛乳 あまから せん*	牛乳 きな粉マカロニ (手作り)
10 土	春雨どんぶり たくあん 中華きゅうり コーンスープ	豚肉 春雨 人参 砂糖 醤油 豆板醤 ごま油 ねぎ たくあん きゅうり 醤油 砂糖 酢 ごま油 コーン 玉葱 人参 牛スープ ねぎ	ご飯  グレーブ フルーツ	牛乳 二色あられ*	牛乳 ミレー ビスケット*
12 月	鮭のハーブ焼き コールスローサラダ ズッキーニのグリル ミネストローネ	鮭 ハーブソルト キャベツ きゅうり 人参 コーン コールスロードレッシング 塩こしょう ズッキーニ パルメザンチーズ 塩こしょう ミックスビーンズ 玉葱 セロリ 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 小粒揚げ*	牛乳 しおポン せん*
13 火	鶏の塩焼き 切干大根の煮物 納豆 エリンギの味噌汁	鶏肉 塩 切干大根 人参 油揚げ こんにゃく いんげん 酒 砂糖 醤油 みりん 納豆 醤油 花かつお ねぎ エリンギ 玉葱 わかめ 味噌 ねぎ	ご飯  シャイン マスカット	牛乳 とうもろこし あられ*	牛乳 シリアル ヨーグルト (手作り)
14 水	魚の味噌煮 ひじきサラダ 野菜の浅漬け 豆苗の味噌汁	さば 生姜 味噌 砂糖 醤油 酒 みりん ひじき きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま油 キャベツ 人参 なす 昆布 塩 豆苗 大根 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯  梨	牛乳 フルーツ ラムネ*	牛乳 みかん寒天 (手作り)
15 木	あずきご飯 鶏のさっぱり煮 小松菜のお浸し ピーマンの甘辛炒め なめこの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 鶏肉 生姜 にんにく 醤油 砂糖 酒 みりん 酢 小松菜 ちりめんじゃこ 人参 醤油 みりん 花かつお ピーマン 竹輪 醤油 砂糖 なめこ わかめ キャベツ 味噌 ねぎ	ご飯  バナナ	牛乳 ミックス ゼリー*	ヤクルト のり巻き 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)
16 金	ポークピカタ パプリカのサラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	豚肉 小麦粉 卵 塩こしょう パプリカ キヤベツ もやし 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう トマト 玉葱 エリンギ 白しめじ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯  オレンジ	牛乳 ごぼう スナック*	牛乳 ジャムパン (手作り)
17 土	ひじきご飯 しば漬け キャベツの梅和え 人参の味噌汁	鶏肉 ひじき ごぼう 人参 油揚げ いんげん 干し椎茸 砂糖 醤油 酒 みりん しば漬け キャベツ カリカリ梅 塩 人参 大根 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯  グレーブ フルーツ	牛乳 全粒粉 クラッカー*	牛乳 胚芽 スティック*
20 火	雑穀ご飯 魚の照り焼き もやしのナムル 人参の味噌マヨ和え 小松菜の味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 鱈 砂糖 醤油 酒 みりん もやし 豆苗 醤油 みりん ごま油 人参 味噌 マヨネーズ 砂糖 小松菜 大根 わかめ 味噌 ねぎ	ご飯  巨峰	牛乳 ねじりん棒*	牛乳 チョコチップ クッキー (手作り)
21 水	ハンバーグ キャベツのサラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	豚肉 玉葱 人参 ひじき ピーマン 卵 牛乳 パン粉 塩こしょう ケチャップ ソース キャベツ きゅうり もやし 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう ミニトマト 玉葱 セロリ コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯  バナナ	牛乳 ひじき スティック*	ソフィール
22 木	フォー ベトナムサラダ ラオムンサオトイ	鶏肉 もやし キャベツ ナンプラー 鶏がらスープ こしょう ねぎ えび 玉葱 きゅうり 人参 醤油 砂糖 レモン 空心菜 にんにく ナンプラー 砂糖 こしょう	麺  オレンジ	牛乳 畑の クラッカー*	牛乳 バインフラン (手作り)
24 土	チキンライス チーズ 玉葱のマリネ 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 プロセスチーズ 玉葱 ピアソーセージ 砂糖 酢 レモン果汁 オリーブ油 塩こしょう パセリ 玉葱 人参 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯  ピオーネ	牛乳 胚芽 ビスケット*	牛乳 紫いも チップス*
26 月	ししゃも きんぴらごぼう 豆苗のお浸し かぼちゃの味噌汁	ししゃも 豚肉 ごぼう 人参 ピーマン こんにゃく 昆布 砂糖 醤油 酒 みりん 豆苗 花かつお 醤油 みりん かぼちゃ 玉葱 えのき 味噌 ねぎ	ご飯  梨	牛乳 ポテト チップス*	牛乳 まあるい クラッカー*
27 火	とんかつ サラダなます 昆布の佃煮 玉葱の味噌汁	豚肉 塩こしょう 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ ソース 人参 大根 きゅうり 酢 砂糖 醤油 昆布 砂糖 醤油 花かつお 玉葱 ほうれん草 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯  シャイン マスカット	牛乳 動物 ビスケット*	牛乳 バナナケーキ (手作り)
28 水	魚の味噌漬け焼き わかめの酢の物 梅干し キャベツの味噌汁	さわら 味噌 砂糖 みりん わかめ もやし きゅうり 砂糖 醤油 酢 梅干し キャベツ 椎茸 人参 味噌 ねぎ	ご飯  バナナ	牛乳 野菜 フルーツ	牛乳 ポーチ (手作り)
29 木	鶏の塩麹焼き れんこんサラダ キャベツのゆかり和え 油揚げの味噌汁	鶏肉 塩麹 蜂蜜 れんこん きゅうり 人参 コーン マヨネーズ 醤油 塩こしょう キャベツ ゆかり 塩 油揚げ 豆腐 ほうれん草 味噌 ねぎ	ご飯  オレンジ	牛乳 根昆布 あられ*	ジョア 小魚 スナック*
30 金	豚の生姜焼き 大豆サラダ 野菜の付け合わせ 椎茸の味噌汁	豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 大豆 さつまいも きゅうり マヨネーズ 塩こしょう レタス 椎茸 大根 人参 味噌 ねぎ	ご飯  グレーブ フルーツ	牛乳 ふ菓子*	牛乳 ホットケーキ (手作り)



22日(木)は、『ベトナムフェア』となっております。  
国旗のマークが目印です。

和食：15回  
洋食：7回  
中華：1回

ご飯：22回  
パン：0回  
麺類：1回

豚肉：8回  
鶏肉：8回  
牛肉：1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。

