

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 焼き鶏 オクラのサラダ 野菜の付け合わせ じゃがいもの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 鶏肉 生姜 醤油 砂糖 酒 みりん オクラ コーン 人参 マヨネーズ 塩こしょう トマト じゃがいも 玉葱 椎茸 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 芋けんぴ*	ジョア 塩ぼんせん*
2 金	ロールパン なすグラタン 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 牛肉 豚肉 なす 玉葱 にんにく オリーブ油 チーズ カットマト ソース 砂糖 コンソメ 塩こしょう パセリ もやし きゅうり 人参 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう レタス ドレッシング 卵 大根 ズッキーニ コンソメ 塩こしょう パセリ	パン シャイン マスカット	牛乳 海草 スナック*	牛乳 レモン ヨーグルト 蒸しパン (手作り)
3 土	シーフードピラフ 玉葱のマリネ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	シーフードミックス 玉葱 ミックスベジタブル コンソメ 醤油 塩こしょう 玉葱 ピアソセージ 砂糖 酢 レモン果汁 オリーブ油 塩こしょう パセリ 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 グレープ フルーツ	牛乳 えび まるせん*	牛乳 カリポテ スナック*
5 月	豚の角煮 ひじきサラダ 小松菜のマヨ和え しめじの味噌汁	豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ひじき きゅうり 人参 醤油 砂糖 酢 ごま油 ごま 小松菜 コーン マヨネーズ 塩こしょう しめじ キャベツ 巻き麩 味噌 ねぎ	ご飯 スイカ	牛乳 牛乳 かりんとう*	牛乳 カップ ケーキ*
6 火	鮭の塩焼き きんぴらごぼう きゅうりの梅肉和え なすの味噌汁	鮭 塩 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 きゅうり 塩 梅干し みりん なす 玉葱 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 ピオーネ	牛乳 あまから せん*	牛乳 メープル お麩ラスク (手作り)
7 水	☆お誕生会☆	《特別メニュー》			
8 木	雑穀ご飯 鱈の照り焼き 茗荷の酢の物 ゴーヤチャンプルー 豆苗の味噌汁	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 茗荷 きゅうり わかめ 砂糖 醤油 酢 豚肉 ゴーヤ 豆腐 卵 だし醤油 塩こしょう ごま油 花がっお 豆苗 キャベツ 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 栗しぐれ*	ソファール
9 金	豚のハーブ焼き パプリカのサラダ なすのチーズ焼き コンソメスープ	豚肉 ハーブソルト パプリカ キャベツ 人参 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう なす チーズ 塩こしょう オリーブ油 パセリ 大根 ほうれん草 エリンギ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 バナナ	牛乳 うす焼き せんべい*	牛乳 ホットケーキ (手作り)
10 土	春雨どんぶり きゅうりの酢漬け べつたら漬け 野菜スープ	豚肉 人参 春雨 たけのこ 白葱 砂糖 醤油 ごま油 ねぎ きゅうり 砂糖 醤油 酢 ごま油 べつたら漬け 玉葱 人参 油揚げ 牛スープ ねぎ	ご飯 巨峰	牛乳 全粒粉 クラッカー*	牛乳 のり巻き あられ*
13 火	豚の生姜焼き きゅうりの酢の物 里芋の煮物 白しめじの味噌汁	豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん きゅうり 人参 ちりめんじゃこ 砂糖 醤油 酢 里芋 砂糖 醤油 みりん 花がっお 白しめじ キャベツ わかめ 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 いも花子*
14 水	ししゃも 大豆とひじきの煮物 たくあん 玉葱の味噌汁	ししゃも 鶏肉 玉葱 ひじき 人参 油揚げ 昆布 砂糖 醤油 酒 みりん たくあん 玉葱 人参 花麩 味噌 ねぎ	ご飯 デラウェア	牛乳 フルーツ ラムネ*	牛乳 みかんゼリー (手作り)
15 木	ロールパン ポトフ 付け合わせ	ロールパン 豚肉 玉葱 人参 キャベツ コーン コンソメ 塩こしょう パセリ チーズ ミニトマト	パン スイカ	牛乳 ミックス ゼリー*	ヤクルト 紫いも チップス*
16 金	鶏の塩焼き 切干大根の酢の物 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁	鶏肉 塩 切干大根 人参 砂糖 醤油 酢 ごま 高野豆腐 砂糖 醤油 みりん キャベツ 玉葱 豆苗 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 野菜 スナック*	牛乳 アメリカン クッキー (手作り)
17 土	ハヤシライス らっきょう ブロッコリーのマヨ和え	牛肉 玉葱 人参 ルウ ケチャップ ソース 塩こしょう パセリ らっきょう ブロッコリー マヨネーズ マスタード 塩こしょう	ご飯 ピオーネ	牛乳 二色あられ*	牛乳 ミレー ビスケット*

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)
19 月	豚のレモン塩麹焼き ごぼうサラダ 納豆 油揚げの味噌汁	豚肉 塩麹 はちみつ レモン果汁 にんにく ごぼう きゅうり 人参 マヨネーズ 醤油 塩こしょう 納豆 たくあん 醤油 花がっお ごま 油揚げ キャベツ ほうれん草 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 たまごボーロ*	牛乳 とうもろこし あられ*
20 火	あずきご飯 ぶりの塩焼き なすの酢の物 鶏レバーの甘辛煮 人参の味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま ぶり 塩 なす 玉葱 油揚げ 砂糖 醤油 酢 鶏レバー 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん 人参 大根 わかめ 味噌 ねぎ	ご飯 グループ フルーツ	牛乳 ねじりん棒*	天茶 シリアル ヨーグルト (手作り)
21 水	鶏肉のトマトニラだれ もやしのお浸し 野菜の付け合わせ かきたま汁	鶏肉 ニラ トマト にんにく 生姜 砂糖 酒 醤油 酢 片栗粉 ごま油 ごま もやし 人参 しめじ ほうれん草 醤油 みりん 花がっお サニーレタス ドレッシング 卵 玉葱 春雨 醤油 みりん ねぎ	ご飯 巨峰	牛乳 ひじき スティック*	牛乳 コーンチヂミ (手作り)
22 木	鮭のハーブ焼き 小松菜のサラダ トマトときゅうりのサラダ コンソメスープ	鮭 ハーブソルト 小松菜 人参 ハム マヨネーズ 塩こしょう トマト きゅうり にんにく 砂糖 レモン果汁 オリーブ油 塩こしょう キャベツ オクラ エリンギ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 スイカ	牛乳 カッパ ケーキ*	牛乳 畑の クラッカー*
23 金	麻婆なす 豆苗のごま和え ちりめんじゃこ わかめスープ	豚肉 なす ピーマン 人参 たけのこ 白葱 干し椎茸 生姜 にんにく 砂糖 醤油 酒 ウエイパー 赤味噌 片栗粉 ごま油 豆苗 人参 醤油 みりん ごま ちりめんじゃこ わかめ 豆腐 トマト 牛スープ ねぎ	ご飯 シャイン マスカット	牛乳 ふわふわ チップス*	牛乳 フルーツ ケーキ (手作り)
24 土	ひじきご飯 キャベツのゆかり和え しば漬け 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 酒 みりん キャベツ ゆかり 塩 しば漬け さつまいも 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯 ピオーネ	牛乳 胚芽 ビスケット*	牛乳 胚芽 スティック*
26 月	鱈の味噌漬け焼き もやしの酢の物 枝豆の塩ゆで 椎茸の味噌汁	鱈 味噌 砂糖 みりん もやし 人参 きゅうり 砂糖 醤油 酢 枝豆 塩 椎茸 大根 わかめ 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 ポテト チップス*	牛乳 まあるい クラッカー*
27 火	鶏のチーズ焼き キャベツのサラダ オクラのマヨ和え ミネストローネ	鶏肉 塩こしょう チーズ キャベツ きゅうり かにかま 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう オクラ 人参 マヨネーズ 塩こしょう 玉葱 ズッキーニ カットマト コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 デラウェア	牛乳 動物 ビスケット*	牛乳 芋グラッセ* かき氷 (幼児のみ)
28 水	焼きそば わかめの酢の物 野菜の付け合わせ 小松菜の味噌汁	豚肉 いか キャベツ 玉葱 人参 ピーマン もやし ソース 塩こしょう 青のり わかめ きゅうり なす 砂糖 醤油 酢 とうもろこし 小松菜 豆腐 なめこ 味噌 ねぎ	麺 バナナ	牛乳 野菜 スティック*	牛乳 フルーツ ポンチ (手作り)
29 木	ぶりのおろしぼん酢 ささみサラダ 冬瓜の煮物 オクラの味噌汁	ぶり 塩 大根 ぼん酢 ささみ 大根 きゅうり マヨネーズ 塩こしょう 冬瓜 砂糖 醤油 酒 みりん 片栗粉 オクラ キャベツ 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 みかんゼリー (手作り)	牛乳 スイート ポリコーン*
30 金	豚の味噌ケチャップ焼 ほうれん草のお浸し 昆布の佃煮 かぼちゃの味噌汁	豚肉 生姜 味噌 ケチャップ 酒 ごま油 ほうれん草 もやし 人参 醤油 みりん 昆布 砂糖 醤油 ごま 花がっお かぼちゃ 玉葱 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 巨峰	牛乳 ふ菓子*	牛乳 ジャムパン (手作り)
31 土	チキンライス カリフラワーのマヨ和え 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 セロリ コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 デラウェア	牛乳 小粒揚げ*	牛乳 ソースせん*

🍆 今月のテーマは『なす博士になろう!』です。左記のイラストが目印です。

和食: 17回 洋食: 7回 中華: 2回	ご飯: 23回 パン: 2回 麺類: 1回	豚肉: 11回 鶏肉: 6回 牛肉: 1回 魚類: 8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。