

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 豚肉の生姜焼き もやしの酢の物 人参の味噌マヨ和え ほうれん草の味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 豚肉 生姜 醤油 砂糖 酒 みりん もやし きゅうり わかめ 醤油 砂糖 酢 人参 味噌 砂糖 マヨネーズ ほうれん草 そうめん しめじ 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 玄米雑穀 クラッカー＊	牛乳 ふ菓子
2 金	鶏の塩焼き ひじきサラダ アスパラのソテー さつまいの味噌汁	鶏肉 塩 ひじき 人参 きゅうり 醤油 砂糖 酢 ごま ごま油 アスパラガス えのき エリンギ バター ハーブソルト さつまいも 玉ねぎ 豆苗 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 えび 小まる＊	牛乳 きな粉 マカロニ (手作り)
5 月	豚肉のマ・レド [®] 焼き ごぼうサラダ 野菜の付け合わせ あおさの味噌汁	豚肉 にんにく マ・レド [®] 醤油 砂糖 ワイン みりん 塩こしょう ごぼう きゅうり 人参 醤油 マヨネーズ 塩こしょう ごま ミニトマト あおさ 玉ねぎ エリンギ 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 きな粉 ぼうろ＊	牛乳 うす焼き せんべい＊
6 火	雑穀ご飯 魚の味噌漬け焼き ほうれん草のお浸し 野菜の付け合わせ 玉ねぎの味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 鯖 味噌 砂糖 みりん ほうれん草 人参 醤油 みりん 花がとお スナップエンドウ マヨネーズ 玉ねぎ キャベツ しめじ 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 牛乳 かりんとう＊	牛乳 みたらし団子 (手作り)
7 水	カレーうどん 大豆サラダ サラダ菜	豚肉 えび イカ 玉葱 人参 ルウ 醤油 みりん ねぎ 大豆 さつまいも きゅうり マヨネーズ 塩こしょう サラダ菜	麺	牛乳 かぼちゃ ポーロ＊	牛乳 おにぎり (手作り)
8 木	焼き鳥 小松菜のサラダ たけのこの土佐煮 じゃがいもの味噌汁	鶏肉 生姜 醤油 砂糖 みりん 酒 小松菜 人参 ひじき ツナ マヨネーズ 塩こしょう たけのこ 醤油 みりん 花がとお じゃがいも 玉ねぎ えのき 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 海草 スナック＊	ヤクルト ぱりまる＊
9 金	トンテキ キャベツの酢の物 納豆 人参の味噌汁	豚肉 塩こしょう にんにく 醤油 砂糖 ソース みりん 片栗粉 キャベツ もやし 薄揚げ 醤油 砂糖 酢 納豆 桜えび 醤油 花がとお ねぎ 人参 大根 しめじ 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 ミルク スティック＊	牛乳 りんご寒天 (手作り)
10 土	ハヤシライス チーズ 野菜の付け合わせ	牛肉 玉ねぎ 人参 ピーマン カットマト ルウ ソース 塩こしょう パセリ チーズ レタス ドレッシング	ご飯	牛乳 フルーツ ラムネ＊	牛乳 ソースせん＊
12 月	魚の塩焼き わかめの酢の物 牛肉のしぐれ煮 かぼちゃの味噌汁	ぶり 塩 わかめ キャベツ きゅうり 醤油 砂糖 酢 牛肉 ごぼう 生姜 醤油 砂糖 みりん 酒 かぼちゃ 玉ねぎ えのき 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 ポテト チップス＊	牛乳 スイート ポリコーン＊
13 火	中華ローストチキン 春雨サラダ 野菜の付け合わせ 豆腐のスープ	鶏肉 玉ねぎ にんにく 生姜 醤油 砂糖 酒 ごま油 春雨 きゅうり 人参 カニカマ 醤油 砂糖 酢 サニーレタス ドレッシング 豆腐 玉ねぎ わかめ 牛スープ 塩こしょう ねぎ	ご飯	牛乳 はとむぎ おこし＊	牛乳 キャラット ケーキ (手作り)
14 水	肉じゃが 豆苗のナムル とろろ昆布の味噌汁	牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく いんげん 醤油 砂糖 みりん 酒 豆苗 もやし 醤油 みりん ごま ごま油 とろろ昆布 椎茸 キャベツ 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 カル鉄 スティック＊	アロエ ヨーグルト
15 木	お誕生日会	 特別メニュー 			
16 金	あずきご飯 魚の照焼き ささみサラダ 高野豆腐の煮物 わかめの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 鯖 醤油 砂糖 みりん ささみ 大根 きゅうり マヨネーズ 塩こしょう 高野豆腐 きぬさや 醤油 みりん わかめ 薄揚げ エリンギ 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 おやつ カステラ＊	牛乳 抹茶の お麩ラスク (手作り)
17 土	ひじきご飯 たくあん キャベツのゆかり和え 大根の味噌汁	鶏肉 ひじき ごぼう 人参 薄揚げ 干しいたけ いんげん 醤油 砂糖 みりん たくあん キャベツ ゆかり 塩 大根 人参 玉ねぎ 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 二色 あられ＊	牛乳 塩ポンせん＊

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	ポークピカタ きゅうりのサラダ 野菜の付け合わせ ミネストローネ	豚肉 塩こしょう 卵 小麦粉 きゅうり キャベツ 人参 酢 砂糖 塩こしょう オリーブ油 サラダ菜 ドレッシング カットマト 玉ねぎ コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯	牛乳 畑の クラッカー＊	牛乳 ミレー ビスケット＊
20 火	雑穀ご飯 照り焼きチキン 切干大根の酢の物 野菜の付け合わせ 薄揚げの味噌汁	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 醤油 砂糖 みりん 酒 切干大根 きゅうり 人参 醤油 砂糖 酢 ミニトマト 薄揚げ さつまいも えのき 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 栗しぐれ＊	牛乳 黒糖蒸しパン (手作り)
21 水	ロールパン シェパーズパイ 生野菜サラダ ホワイト・フリッター・ コンソメスープ	ロールパン 牛肉 豚肉 玉ねぎ ピーマン じゃがいも バター 牛乳 醤油 カットマト カレー粉 小麦粉 塩こしょう レタス サニーレタス ベビーリーフ 人参 ドレッシング 卵 しらす 塩こしょう ケチャップ キャベツ 白しめじ コーン コンソメ パセリ	パン	牛乳 のり巻き あられ＊	牛乳 クッキータイム (手作り)
22 木	ししゃも 大豆とひじきの煮物 ピーマンの甘辛炒め かき玉汁	ししゃも 鶏肉 大豆 ひじき 人参 薄揚げ 醤油 砂糖 みりん 酒 ピーマン ちくわ 醤油 砂糖 ごま ごま油 卵 ほうれん草 えのき 醤油 みりん ねぎ	ご飯	牛乳 ごぼう スナック＊	ジョア 黒豆きな粉 あられ＊
23 金	ミートスパゲッティ キャベツのサラダ ブロッコリーのハープ和え コンソメスープ	豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ カットマト 生姜 にんにく ケチャップ ソース コンソメ 塩こしょう パセリ キャベツ もやし きゅうり 酢 砂糖 塩こしょう オリーブ油 ブロッコリー ハーブソルト オリーブ油 大根 人参 白しめじ コンソメ 塩こしょう パセリ	麺	牛乳 海草 スナック＊	牛乳 チーズ トースト (手作り)
24 土	えびピラフ いんげんのマヨ和え 野菜の付け合わせ コンソメスープ	えび 玉ねぎ ミックスベジタブル 醤油 コンソメ 塩こしょう いんげん マヨネーズ 粒マスタード 塩こしょう サニーレタス じゃがいも 人参 コーン コンソメ 塩こしょう	ご飯	牛乳 野菜 スナック＊	牛乳 ミニカリボテ スナック＊
26 月	塩麴チキン キャベツのナムル 昆布の佃煮 椎茸の味噌汁	鶏肉 塩麴 はちみつ キャベツ もやし わかめ 鶏がらスープ 塩 ごま ごま油 昆布 醤油 砂糖 花がとお 椎茸 玉ねぎ 人参 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 ねじりん棒 カレー＊	牛乳 えびまる せん＊
27 火	鮭のチーズ焼き もやしのサラダ アスパラベーコン コンソメスープ	鮭 パルメザンチーズ 塩こしょう もやし パプリカ きゅうり 酢 砂糖 塩こしょう オリーブ油 アスパラガス ベーコン 塩こしょう キャベツ 玉ねぎ エリンギ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯	牛乳 米粉 クッキー＊	牛乳 ホットケーキ (手作り)
28 水	天丼 玉ねぎの酢の物 しば漬け 赤出汁	えび たけのこ いんげん 小麦粉 塩 醤油 砂糖 みりん 酒 玉ねぎ きゅうり わかめ 醤油 砂糖 酢 しば漬け 豆腐 なめこ 巻き麩 赤味噌 味噌 三つ葉	ご飯	牛乳 ソフトせん＊	牛乳 フルーツ ヨーグルト (手作り)
30 金	豚肉のハープ焼き もずくの酢の物 人参のごま和え キャベツの味噌汁	豚肉 ハーブソルト もずく きゅうり 玉ねぎ ちりめんじゃこ 醤油 砂糖 酢 人参 醤油 みりん ごま キャベツ しめじ 豆苗 味噌 ねぎ	ご飯	牛乳 ひじき スティック＊	ソファール



今月は、ニュージーランドフェアに
なってます！
国旗のマークが目印です。

和食： 17回
洋食： 6回
中華： 1回

ご飯： 21回
麺類： 2回
パン： 1回

豚肉： 10回
鶏肉： 6回
牛肉： 2回
魚類： 7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、自然食のものを使用するように努めております。



