

日曜	献立名	材 料 名			おやつ 1. 2歳児 3. 4. 5歳児	補 食
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 水	バターロール コンソメスープ ポークビーンズ ポイルブロッコリー	ロールパン/油/三温糖/胚芽精米	豚モモ/ベーコン/白いんげんまめ(乾)/生クリーム/★牛乳	玉ねぎ/キャベツ/チンゲン菜/トマト/缶詰/ブロッコリー/にんじん/しいたけ/ゆでたけのこ	炊き込みごはん 牛乳 炊き込みごはん 牛乳	ジャムサンド
2 木	マーボー丼 すまし汁 ごぼうサラダ 	胚芽精米/油/三温糖/片栗粉/★マヨネーズ/薄力粉/無塩バター	豆腐/豚ひき肉/米みそ/わかめ/かつお節/こんぶ/ベーコン/★たまご	ねぎ/みつば/ごぼう/きゅうり/りんごジュース	りんごケーキ 麦茶 りんごケーキ 麦茶	炊き込みご飯
3 金	ごはん すまし汁 鶏のねぎ味噌焼き コーンサラダ グリーンポテト	胚芽精米/★マヨネーズ/三温糖/油/じゃがいも/プリン	豆腐/かつお節/こんぶ/鶏肉モモ/米みそ	万能ねぎ/レタス/とうもろこし/キャベツ/きゅうり	誕生日おやつ 紅茶 誕生日おやつ 紅茶 	マーガリンサンド
4 土	チキンカレーライス 大根とコーンスープ ミックススロー	胚芽精米/じゃがいも/油/有塩バター/食パン/マーガリン	鶏肉モモ/★牛乳	にんじん/玉ねぎ/だいこん/とうもろこし/キャベツ/いちごジャム	なかよしサンド 牛乳 なかよしサンド 牛乳	焼きおにぎり
6 月	レーズンボール チキンディアブロ風 南瓜のミルク煮 キャベツのおかか和え	ロールパン/パン粉/油/有塩バター/三温糖/ビスケット	鶏肉モモ/★牛乳/かつお節	かぼちゃ/キャベツ/とうもろこし	茹でとうもろこし 牛乳 ビスケット 茹でとうもろこし 牛乳	炊き込みご飯
7 火	ごはん すまし汁 魚の甘味噌がけ ひじきサラダ さつま芋甘煮 	胚芽精米/三温糖/★マヨネーズ/ごま/さつまいも/薄力粉/油	豆腐/かつお節/こんぶ/さけ/米みそ/ひじき/ロースハム/きな粉/★たまご/★牛乳	みつば/にんじん/きゅうり	きなこケーキ 麦茶 きなこケーキ 麦茶	ジャムサンド
8 水	肉うどん もやしサラダ 	ゆでうどん/三温糖/ごま油/胚芽精米/油	豚モモ/こんぶ/かつお節/油揚げ/焼き豚/★牛乳	ねぎ/ほうれんそう/もやし/きゅうり/にんじん/しめじ/ピーマン	じゃこおにぎり 牛乳 じゃこおにぎり 牛乳	炊き込みご飯
9 木	豚丼 わかめスープ きんぴらごぼう キャベツの昆布和え	胚芽精米/油/三温糖/ごま/薄力粉/無塩バター	豚モモ/わかめ/塩昆布/★たまご/生クリーム/★牛乳	玉ねぎ/しいたけ/ねぎ/ごぼう/にんじん/キャベツ/レモン汁	レモンケーキ 牛乳 レモンケーキ 牛乳	マーガリンサンド
10 金	牛乳パン キャベツとにんじんスープ チリコンカン風煮物 ポイルいんげん	牛乳パン/じゃがいも/有塩バター/薄力粉/三温糖	ゆで大豆/豚ひき肉/★たまご/★牛乳/ピザチーズ	キャベツ/にんじん/玉ねぎ/グリーンピース/さやいんげん/干しぶどう	チーズむしパン 牛乳 チーズむしパン 牛乳	ジャムサンド
13 月	わかめうどん ミックススロー 茹でえだまめ	ゆでうどん/胚芽精米/油	鶏肉モモ/わかめ/こんぶ/かつお節/焼き豚/★牛乳	キャベツ/にんじん/えだまめ/しめじ/ねぎ/ピーマン	五目チャーハン 牛乳 五目チャーハン 牛乳	マーガリンサンド
14 火	ごはん すまし汁 和風ミートローフ マカロニケチャップ炒め 粉ふき芋 	胚芽精米/パン粉/ごま/マカロニ/油/三温糖/じゃがいも/薄力粉	かつお節/こんぶ/鶏肉ひき肉/高野豆腐/豆腐/米みそ/★牛乳	万能ねぎ/だいこん/玉ねぎ/しいたけ	ブアマンケーキ 牛乳 ブアマンケーキ 牛乳	炊き込みご飯
15 水	マーボー丼 すまし汁 ごぼうサラダ 	胚芽精米/油/三温糖/片栗粉/★マヨネーズ/ビスケット	豆腐/豚ひき肉/米みそ/わかめ/かつお節/こんぶ/ベーコン/アイスクリーム	ねぎ/みつば/ごぼう/きゅうり	りんごゼリー 麦茶 ビスケット アイスクリーム 麦茶	ジャムサンド
16 木	牛乳パン コンソメスープ ポークビーンズ ポイルブロッコリー	牛乳パン/油/三温糖/胚芽精米	豚モモ/ベーコン/白いんげんまめ(乾)/生クリーム/かつお節/★プロセスチーズ/★牛乳	玉ねぎ/キャベツ/チンゲン菜/トマト/缶詰/ブロッコリー	おほかちチーズおにぎり 牛乳 おほかちチーズおにぎり 牛乳	マーガリンサンド
17 金	ごはん すまし汁 鶏のねぎ味噌焼き コーンサラダ グリーンポテト 	胚芽精米/★マヨネーズ/三温糖/油/じゃがいも/薄力粉/無塩バター	豆腐/かつお節/こんぶ/鶏肉モモ/米みそ/★たまご	万能ねぎ/レタス/とうもろこし/キャベツ/きゅうり/りんごジュース	りんごケーキ 麦茶 りんごケーキ 麦茶	炊き込みご飯

日曜	献立名	材 料 名			おやつ 1. 2歳児 3. 4. 5歳児	補 食
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
18土	チキンカレーライス 大根とコーンスープ ミックススロー	胚芽精米/じゃがいも/油/有塩バター/食パン/マーガリン	鶏肉モモ/★牛乳 	にんじん/玉ねぎ/だいこん/とうもろこし/キャベツ/いちごジャム	なかよしサンド 牛乳 なかよしサンド 牛乳	焼きおにぎり
20月	レーズンボール チキンディアブロ風 南瓜のミルク煮 キャベツのおかか和え	ロールパン/パン粉/油/有塩バター/三温糖/ビスケット	鶏肉モモ/★牛乳/かつお節	かぼちゃ/キャベツ/とうもろこし	茹でとうもろこし 牛乳 ビスケット 茹でとうもろこし 牛乳	炊き込みご飯
21火	ごはん すまし汁 魚の甘味噌がけ ひじきサラダ さつま芋甘煮	胚芽精米/三温糖/★マヨネーズ/ごま/さつまいも/薄力粉/油	豆腐/かつお節/こんぶ/さけ/米みそ/ひじき/ロースハム/きな粉/★たまご/★牛乳	みつば/にんじん/きゅうり	きなこケーキ 麦茶 きなこケーキ 麦茶	ジャムサンド
22水	肉うどん もやしサラダ 	ゆでうどん/三温糖/ごま油/胚芽精米/ごま	豚モモ/こんぶ/かつお節/油揚げ/しらす干し/★牛乳	ねぎ/ほうれんそう/もやし/きゅうり/にんじん	じゃこおにぎり 牛乳 じゃこおにぎり 牛乳	マーガリンサンド
23木	豚丼 わかめスープ きんぴらごぼう キャベツの昆布和え	胚芽精米/油/三温糖/ごま/薄力粉/無塩バター	豚モモ/わかめ/塩昆布/★たまご/生クリーム/★牛乳	玉ねぎ/しいたけ/ねぎ/ごぼう/にんじん/キャベツ/レモン汁	レモンケーキ 牛乳 レモンケーキ 牛乳	炊き込みご飯
24金	キャロブパン キャベツとにんじんスープ チリコンカン風煮物 ポイルいんげん	キャロブパン/じゃがいも/有塩バター/胚芽精米	ゆで大豆/豚ひき肉/★牛乳	キャベツ/にんじん/玉ねぎ/グリーンピース/さやいんげん/しいたけ/ゆでたけのこ	炊き込みごはん 牛乳 炊き込みごはん 牛乳	ジャムサンド
25土	牛乳パン キャベツスープ 鶏肉とじゃが芋のトマト煮 ポイルブロッコリー	牛乳パン/じゃがいも/油/片栗粉/食パン	鶏肉モモ/★牛乳	キャベツ/玉ねぎ/トマト缶詰/にんじん/しめじ/ブロッコリー/いちごジャム	ジャムサンド 牛乳 ジャムサンド 牛乳	焼きおにぎり
27月	ブリオッシュ コンソメスープ チキン照り焼き 二色びたし さつま芋のオレンジ煮	ブリオッシュ/焼きふ/油/さつまいも/三温糖/胚芽精米	鶏肉モモ/かつお節/★プロセスチーズ/★牛乳	にんじん/だいこん/小松菜/キャベツ/オレンジジュース	おほかチーズおにぎり 牛乳 おほかチーズおにぎり 牛乳	マーガリンサンド
28火	ごはん すまし汁 和風ミートローフ マカロニケチャップ炒め 粉ふき芋	胚芽精米/パン粉/ごま/マカロニ/油/三温糖/じゃがいも/薄力粉	かつお節/こんぶ/鶏肉ひき肉/高野豆腐/豆腐/米みそ/★たまご/乳酸菌飲料/★牛乳	万能ねぎ/だいこん/玉ねぎ/しいたけ	カルピスケーキ 牛乳 カルピスケーキ 牛乳	ジャムサンド
29水	カレーうどん ミックススロー 茹でえだまめ 	ゆでうどん/油/上新粉/白玉粉/三温糖/片栗粉	豚モモ/★牛乳	玉ねぎ/にんじん/ほうれんそう/キャベツ/えだまめ	わかめおにぎり 牛乳 みだらじ団子 牛乳	マーガリンサンド
30木	きなこサンド レタススープ 鶏肉のタンドリー焼き 青菜としらすのソテー にんじんチーズ和え	食パン/三温糖/マーガリン/油/ビスケット	きな粉/ベーコン/鶏肉モモ/ヨーグルト/しらす干し/★粉チーズ/アイスクリーム	レタス/ミックスベジタブル/ほうれんそう/にんじん	りんごゼリー 麦茶 ビスケット アイスクリーム 麦茶	炊き込みご飯
31金	ごはん みそ汁 煮魚 切り昆布煮つけ 塩もみキャベツ	胚芽精米/三温糖/油/薄力粉	豆腐/煮干し/かつお節/米みそ/かじき/刻み昆布/焼き竹輪/★牛乳	ねぎ/にんじん/キャベツ/きゅうり 	ブアマンケーキ 牛乳 ブアマンケーキ 牛乳	ジャムサンド
		月 平均 栄養 価	エネルギー	たんぱく質	脂 質	食塩相当量
		乳 児	480kcal	18.8g	17.1g	1.8g
		幼 児	526kcal	19.8g	17.2g	2.1g

★印はアレルギー除去対象食品です
 ☆つくし、さくらぐみは9時に牛乳がです。
 ☆仕入れの都合上、献立を変更する場合があります。
 ☆補食には牛乳が付きます。
 ☆3日はお誕生日おやつです。

