

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	月	ちゃんぽん麺 きんぴらごぼう みかん ヤクルト	わかめおむすび ほうじ茶	ぶた肉・なると	中華めん・砂糖・ごま油・しらたき・調合油・いりごま・ヤクルト・精白米	キャベツ・にんじん・りょくとうもろやし・コーン缶・青葱・ごぼう千切り・水煮レンコン・絹さや・みかん缶・炊き込みわかめ
2	火	パン 豆乳スープ 鶏肉の照り焼き スパゲティサラダ	クッキーパン 牛乳	乳飲料(牛乳)・鶏卵・調整豆乳・鶏肉・コンデンスミルク	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・調合油・スパゲティ・無塩バター・薄力粉	たまねぎ・えのきたけ・しめじ・にんじん・きゅうり
3	水	ごはん 大根とわかめのみそ汁 白身魚の香味焼き 切り干し大根の煮物	コーンおむすび ほうじ茶	無添加こうじみそ・めばる・揚げ	精白米・調合油・砂糖・ごま油	だいこん・わかめ・白葱・しょうが・切干しだいこん・にんじん・いんげん・コーン缶
4	木	ごはん コーン中華スープ マーボー豆腐 春雨の中華和え	青のりフライドポテト 牛乳	絹ごし豆腐・ぶたミンチ・大豆ミート・赤色辛みそ・乳飲料(牛乳)	精白米・いりごま・ごま油・砂糖・調合油・片栗粉・はるさめ・皮つきポテトフライ	コーン缶・白葱・たまねぎ・にんじん・青葱・きゅうり・あおのり
5	金	ごはん 白菜と揚げのみそ汁 鶏胸肉の天ぷら ひじきと大豆のサラダ	プチいちごパン 牛乳	揚げ・無添加こうじみそ・鶏肉・大豆水煮・焼き竹輪・乳飲料(牛乳)・鶏卵	精白米・天ぷら粉・調合油・砂糖・強力粉・無塩バター	はくさい・しょうが・乾ひじき・にんじん・コーン缶・むきえだまめ・いちごジャム
6	土	入園式の為 給食・おやつ提供無し				
8	月	きつねうどん 白菜とハムのごま和え フルーツミックス ヤクルト	菜めしおむすび ほうじ茶	揚げ・蒸しかまぼこ・ロースハム	ゆでうどん・砂糖・いりごま・ヤクルト・精白米	青葱・はくさい・コーン缶・フルーツカクテル缶・みかん缶・菜めしの素
9	火	こくろまひき肉カレーライス マカロニサラダ バナナ	ジャムサンド 牛乳	鶏ミンチ・大豆ミート・スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)	精白米・じゃがいも・調合油・カレールウ・マカロニ(乾)・マヨネーズ・強力粉・砂糖・ソフトマーガリン	たまねぎ・にんじん・きゅうり・コーン缶・バナナ・いちごジャム
10	水	ごはん 具だくさん汁(みそ汁) サバの塩焼き ほうれん草のお浸し	パウンドケーキ 牛乳	無添加こうじみそ・さば・焼き竹輪・かつお節・鶏卵・冷凍ホイップ・乳飲料(牛乳)	精白米・しらたき・調合油・砂糖・薄力粉・無塩バター	だいこん・しめじ・ごぼう千切り・にんじん・青葱・ほうれんそう・コーン缶
11	木	パン チキンスープ マカロニグラタン ほうれん草とハムのソテー	ゆかりおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・ベーコン・ピザ用チーズ・ロースハム	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・マカロニ(乾)・薄力粉・精白米	キャベツ・にんじん・しめじ・たまねぎ・ほうれんそう・コーン缶・ゆかりこ
12	金	ごはん 玉ねぎとわかめのみそ汁 鶏のからあげ 切干大根のサラダ	抹茶蒸しケーキ 牛乳	無添加こうじみそ・鶏肉・ツナ・乳飲料(牛乳)・鶏卵	精白米・片栗粉・調合油・マヨネーズ・砂糖・ホットケーキミックス	たまねぎ・わかめ・しょうが・切干しだいこん・にんじん・きゅうり・コーン缶
13	土	ごはん じゃが芋のみそ汁 豚肉とアスパラのオイスター炒め ピーフンの中華和え	クリームサンド 牛乳	無添加こうじみそ・ぶた肉・ロースハム・乳飲料(牛乳)・鶏卵・冷凍ホイップ	精白米・じゃがいも・調合油・砂糖・ピーフン・ごま油・いりごま・強力粉・ソフトマーガリン	えのきたけ・わかめ・アスパラガス・たまねぎ・にんじん・きゅうり
15	月	ミートスパゲティ コーンスープ 揚げじゃがとブロッコリーのツナ和え ヤクルト	鶏そぼろおむすび ほうじ茶	鶏ミンチ・大豆ミート・乳飲料(牛乳)・ツナ	スパゲティ・調合油・砂糖・じゃがいも・ヤクルト・精白米	たまねぎ・にんじん・トマトホール缶・トマトケチャップ・コーンスープ(粉末)・バセリ・ブロッコリー・しょうが



日	曜	昼食	おやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
16	火	ごはん 大根としめじのみそ汁 サバの照り焼き 大豆とひじきの煮物	フルーツゼリー（アガー） ほうじ茶	無添加こうじみそ・さば・大豆 水煮・焼き竹輪	精白米・砂糖・調合油	だいこん・しめじ・ひじき・にんじん・むきえだまめ・黄桃缶・みかん缶・アガー
17	水	パン 春野菜のクリームシチュー ウインナー&キャベツソテー パインアップル	お誕生日ケーキ 牛乳	乳飲料（牛乳）・鶏卵・ウインナーソーセージ・冷凍ホイップ	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・じゃがいも・調合油・クリームシチューの素・カレー粉・ホットケーキミックス・無塩バター	アスパラガス・ヤングコーン・たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・キャベツ・パインアップル缶・みかん缶
18	木	ごはん 豆腐のみそ汁 豚肉の生姜焼き 切干大根の中華和え	しらすおむすび ほうじ茶	絹ごし豆腐・無添加こうじみそ・ふた肉・ロースハム・しらす干し	精白米・砂糖・調合油・ごま油・いりごま	わかめ・青葱・たまねぎ・三色ピーマン・しょうが・切干しいんご・にんじん・きゅうり・コーン缶
19	金	ごはん ほうれん草のみそ汁 揚げ魚と野菜のケチャップ和え 高野豆腐の煮物	バナナケーキ 牛乳	無添加こうじみそ・めばる・高野豆腐・鶏卵・乳飲料（牛乳）	精白米・お豆腐・片栗粉・調合油・砂糖・さといも・薄力粉・無塩バター	ほうれん草・たまねぎ・えのきたけ・にんじん・青葱・トマトケチャップ・いんげん・バナナ
20	土	ごはん 絹揚げとえのきのみそ汁 鶏むね肉の西京焼き 根菜とひじきのサラダ	ココア蒸しケーキ 牛乳	絹揚げ・無添加こうじみそ・鶏肉・甘みそ・乳飲料（牛乳）・鶏卵	精白米・砂糖・調合油・ごま油・ホットケーキミックス	えのきたけ・ひじき・水煮レンコン・ごぼう千切り・コーン缶・きゅうり・にんじん
22	月	焼きそば（ウインナー） じゃが芋とわかめのみそ汁 鶏むね肉と胡瓜のごま和え ヤクルト	鮭おむすび ほうじ茶	ウインナーソーセージ・無添加こうじみそ・鶏肉・鮭フレーク	焼きそば麺・調合油・じゃがいも・ねりごま・砂糖・いりごま・ごま油・ヤクルト・精白米	キャベツ・にんじん・たまねぎ・あおのり・わかめ・きゅうり・コーン缶
23	火	ごはん 野菜スープ ハンバーグ コールスローサラダ	パンフディング 牛乳	合ミンチ・鶏ミンチ・大豆ミート・絹ごし豆腐・スキムミルク・鶏卵・乳飲料（牛乳）	精白米・生パン粉・調合油・砂糖・マヨネーズ・強力粉・ソフトマーガリン	たまねぎ・にんじん・はくさい・トマトケチャップ・キャベツ・きゅうり・コーン缶
24	水	ごはん 中華スープ 八宝菜 海藻サラダ	フチメロンパン 牛乳	ふた肉・蒸しかまぼこ・かにかまぼこ・乳飲料（牛乳）・鶏卵・コンデンスミルク	精白米・いりごま・ごま油・調合油・砂糖・片栗粉・強力粉・ソフトマーガリン・無塩バター・薄力粉	わかめ・白葱・はくさい・たまねぎ・にんじん・コーン缶・むきえだまめ・しいたけ・キャベツ・きゅうり・炊き込みわかめ
25	木	ごはん もやしと揚げのおすまし 鶏胸肉のねぎみそ焼き 和風ポテトサラダ	フライドポテト ほうじ茶	揚げ・鶏肉・甘みそ・淡色辛みそ・かつお節	精白米・砂糖・調合油・チルドポテト・マヨネーズ・皮つきポテトフライ	りょくとうもやし・白葱・にんじん・たまねぎ・コーン缶・むきえだまめ
26	金	パン ミネストローネ 白身魚のフライ ショートパスタのカレーマヨ和え	昆布おむすび ほうじ茶	乳飲料（牛乳）・鶏卵・ベーコン・メルルーサ	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・じゃがいも・薄力粉・生パン粉・調合油・ツイストマカロニ・マヨネーズ・カレー粉・精白米	にんじん・たまねぎ・トマトホール缶・トマトケチャップ・きゅうり・コーン缶・塩昆布
27	土	ごはん チンゲン菜のみそ汁 肉じゃが きゅうりとちくわのごま酢和え	揚げパン 牛乳	揚げ・無添加こうじみそ・ふた肉・焼き竹輪・乳飲料（牛乳）・鶏卵	精白米・じゃがいも・しらたき・調合油・砂糖・いりごま・強力粉・ソフトマーガリン	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・きゅうり・わかめ
30	火	ハヤシライス かぼちゃサラダ 黄桃	さつま芋フライ 牛乳	ふた肉・乳飲料（牛乳）	精白米・調合油・ハヤシルウ・チルドポテト・マヨネーズ・さつまいも	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・トマトホール缶・かぼちゃ・むきえだまめ・黄桃缶

※ 食材の入荷の都合上、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。