

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	火	こくうまひき肉カレーライス コールスローサラダ バナナ	オレンジゼリー 牛乳	鶏ミンチ・大豆ミート・乳飲料 (牛乳)	精白米・じゃがいも・調合油・ カレールウ・マヨネーズ・砂糖	たまねぎ・にんじん・キャベツ・ きゅうり・コーン缶・バナナ・ア ガー・オレンジジュース
2	水	ごはん 玉ねぎとわかめのみそ汁 鶏じゃが ほうれん草のお浸し	揚げパン 牛乳	無添加こくじみそ・鶏肉・焼き 竹輪・かつお節・乳飲料(牛 乳)・鶏卵	精白米・じゃがいも・しらた き・調合油・砂糖・強力粉・ソ フトマーガリン	たまねぎ・わかめ・にんじん・グ リーンピース・ほうれんそう・コー ン缶
3	木	パン ミネストローネ 白身魚のムニエル ポテトサラダ	鶏そぼろおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・ベー コン・メルルーサ・鶏ミンチ・大 豆ミート	強力粉・砂糖・ソフトマーガ リン・じゃがいも・薄力粉・チル ドポテト・マヨネーズ・精白 米・調合油	にんじん・たまねぎ・トマトホール 缶・トマトケチャップ・ミックスペ ジタブル・しょうが
4	金	ごはん 大根とうす揚げのみそ汁 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物	パウンドケーキ 牛乳	揚げ・無添加こくじみそ・ぶた 肉・鶏卵・冷凍ホイップ・乳飲 料(牛乳)	精白米・砂糖・調合油・薄力 粉・無塩バター	だいこん・たまねぎ・三色ビー マン・しょうが・かぼちゃ・にんじ ん・いんげん
5	土	入園式の為 給食・おやつ提供無し				
7	月	ピラフ コンスープ ミートボール フライドポテト スパゲティサラダ ヤクルト	フチいちごパン 牛乳	ベーコン・乳飲料(牛乳)・合 ミンチ・鶏ミンチ・大豆ミ ート・絹ごし豆腐・鶏卵	精白米・ソフトマーガリン・生 パン粉・調合油・砂糖・皮つき ポテトフライ・スパゲティ・ヤ クルト・強力粉・無塩バター	たまねぎ・ミックスペジタブル・ コンスープ(粉末)・パセリ・トマ トケチャップ・にんじん・きゅうり・ いちごジャム
8	火	ソース焼きそば きのこみそ汁 ツナとプロッコリーのサラダ フルーツミックス	ツナマヨおむすび ほうじ茶	ウインナーソーセージ・無添加 こくじみそ・ツナ	焼きそば麺・調合油・マヨネ ーズ・砂糖・精白米	キャベツ・にんじん・たまねぎ・あ おのり・しめじ・えのきだけ・なめ こ水煮・青葱・プロッコリー・コー ン缶・フルーツカクテル缶・みかん 缶
9	水	ごはん ほうれん草のみそ汁 豚肉のケチャップ焼き 揚げ高野豆腐のサラダ	ジャムサンド 牛乳	無添加こくじみそ・ぶたばら・ 高野豆腐・かにかまぼこ・スキ ムミルク・鶏卵・乳飲料(牛 乳)	精白米・お豆腐・調合油・砂 糖・片栗粉・マヨネーズ・ごま 油・強力粉・強力粉・ソフト マーガリン	ほうれんそう・たまねぎ・にんじ ん・青ピーマン・マッシュルーム水 煮・トマトケチャップ・むぎえだま め・コーン缶・いちごジャム
10	木	パン クリームシチュー マカロニサラダ(ツナ) パインアップル	昆布おむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・鶏肉・ ツナ	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・マカロ ニ・マヨネーズ・精白米	たまねぎ・にんじん・プロッコ リー・きゅうり・コーン缶・パイン アップル缶・塩昆布
11	金	ごはん 豆腐のおすまし 白身魚の天ぷら 切り干し大根の煮物	ココア蒸しケーキ 牛乳	絹ごし豆腐・ホキ・揚げ・乳飲 料(牛乳)・鶏卵	精白米・天ぷら粉・調合油・砂 糖・ホットケーキミックス	青葱・しょうが・切干しだいこん・ にんじん・いんげん
12	土	ごはん 中華スープ 八宝菜 ほうれん草ともやしのごま和え	クリームサンド 牛乳	ぶた肉・かまぼこ・ロースハ ム・乳飲料(牛乳)・鶏卵・冷 凍ホイップ	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	わかめ・白葱・はくさい・たまね ぎ・にんじん・コーン缶・むぎえだ まめ・しいたけ・ほうれんそう・ りょくとうもやし・しょうが
14	月	ごはん じゃが芋のみそ汁 サバの塩焼き 五目大豆 ヤクルト	抹茶パンケーキ 牛乳	無添加こくじみそ・さば・大豆 水煮・乳飲料(牛乳)	精白米・じゃがいも・調合油・ しらたき・砂糖・ヤクルト・ ホットケーキミックス・メー プルシロップ・ソフトマーガリン	えのきだけ・わかめ・にんじん・し いたけ・いんげん
15	火	ミートスパゲティ オニオンスープ 揚げじゃがとプロッコリーのツナ和え 黄桃	鮭おむすび ほうじ茶	鶏ミンチ・大豆ミート・ツナ・ 鮭フレーク	スパゲティ・調合油・砂糖・チ ルドポテト・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・パセリ・プ ロッコリー・黄桃缶



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	水	春野菜のハヤシライス スパゲティサラダ ミックスフルーツゼリー（アガー）	お誕生日ケーキ 牛乳	ふた肉・ロースハム・乳飲料 （牛乳）・鶏卵・冷凍ホイップ	精白米・調合油・ハヤシルウ・ スパゲティ・マヨネーズ・砂 糖・ホットケーキミックス・無 塩バター	たまねぎ・にんじん・ヤングコー ン・マッシュルーム水煮・グリーン ピース・トマトホール缶・きゅう り・フルーツカクテル缶・みかん 缶・アガー・リンゴジュース・パイ ンアップル缶
17	木	ごはん 里芋のみそ汁 アジの香味焼き ひじきとちくわの煮物	プチメロンパン 牛乳	無添加こうじみそ・あじ・焼き 竹輪・乳飲料（牛乳）・鶏卵・ コンデンスミルク	精白米・さといも・調合油・砂 糖・ごま油・強力粉・ソフト マーガリン・無塩バター・薄力 粉	えのきたけ・青葱・白葱・しょう が・ひじき・にんじん・いんげん
18	金	パン 豆乳スープ 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ	ゆかりおむすび ほうじ茶	乳飲料（牛乳）・鶏卵・調整豆 乳・鶏肉	強力粉・砂糖・ソフトマーガリ ン・調合油・マカロニ・マヨ ネーズ・精白米	たまねぎ・えのきたけ・しめじ・に んじん・きゅうり・コーン缶・ゆか りこ
19	土	ごはん 大根としめじのみそ汁 筑前煮 白菜とハムのごま和え	一口ドーナツ 牛乳	無添加こうじみそ・鶏肉・ロー スハム・乳飲料（牛乳）	精白米・さといも・こんにゃ く・調合油・砂糖・いりごま・ ホットケーキミックス・生パン 粉・グラニュー糖	だいこん・しめじ・ごぼう・水煮レ ンコン・にんじん・しいたけ・いん げん・はくさい・コーン缶
21	月	わかめうどん 和風ポテトサラダ みかん ヤクルト	菜めしおむすび ほうじ茶	かまぼこ・揚げ・かつお節	ゆでうどん・砂糖・チルドボテ ト・マヨネーズ・ヤクルト・精 白米	わかめ・にんじん・たまねぎ・コー ン缶・むきえだまめ・みかん缶・菜 めしの素
22	火	ごはん ブラウンシチュー 温野菜サラダ キウイ	プチパン（いちごジャム） 牛乳	ふたばら・乳飲料（牛乳）・鶏 卵	精白米・じゃがいも・調合油・ デミグラスソース・砂糖・強力 粉・ソフトマーガリン	たまねぎ・えのきたけ・エリンギ・ にんじん・グリーンピース・トマト ホール缶・キャベツ・きゅうり・ コーン缶・ブロッコリー・キウイフ ルーツ・いちごジャム
23	水	ごはん たまごスープ マーボー豆腐 春雨の中華和え	フライドポテト 牛乳	鶏卵・絹ごし豆腐・ふたミン チ・大豆ミート・赤色辛みそ・ 乳飲料（牛乳）	精白米・片栗粉・ごま油・砂 糖・調合油・はるさめ・いりご ま・皮つきポテトフライ	青葱・たまねぎ・にんじん・きゅう り・コーン缶
24	木	ごはん 玉ねぎとわかめのおすまし 赤魚の西京焼き レンコン金平	フルーツサンド 牛乳	赤魚・甘みそ・さつま揚げ・ス キムミルク・鶏卵・冷凍ホイッ プ・乳飲料（牛乳）	精白米・砂糖・調合油・ごま 油・いりごま・強力粉・ソフト マーガリン	たまねぎ・わかめ・水煮レンコン・ にんじん・絹さや・フルーツカクテ ル缶
25	金	パン コンソメスープ チキンカツ 切干大根のサラダ	わかめおむすび ほうじ茶	乳飲料（牛乳）・鶏卵・鶏肉・ ツナ	強力粉・砂糖・ソフトマーガリ ン・薄力粉・生パン粉・調合 油・マヨネーズ・精白米	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・ えのきたけ・切干しいたけ・きゅ うり・コーン缶・炊き込みわかめ
26	土	ごはん 絹揚げとえのきのみそ汁 白身魚のパン粉焼き ピーマンサラダ	パンフディング 牛乳	絹揚げ・無添加こうじみそ・メ ルルーサ・スキムミルク・鶏 卵・乳飲料（牛乳）	精白米・薄力粉・生パン粉・調 合油・ピーマン・砂糖・ごま 油・いりごま・強力粉・ソフト マーガリン	えのきたけ・にんじん・きゅうり・ コーン缶
28	月	ごはん 豆乳みそ汁 鶏むね肉のみそ漬け焼き 大豆とひじきの和え物 ヤクルト	プチクリームパン 牛乳	揚げ・調整豆乳・無添加こうじ みそ・鶏肉・淡色辛みそ・大豆 水煮・焼き竹輪・乳飲料（牛 乳）・鶏卵・卵黄	精白米・砂糖・調合油・ごま 油・ヤクルト・強力粉・ソフト マーガリン・薄力粉・無塩バ ター	にんじん・しめじ・たまねぎ・青 葱・ひじき・きゅうり
30	水	ごはん 豆腐のみそ汁 豚肉の卵とじ 和風春雨	おかかおむすび ほうじ茶	絹ごし豆腐・無添加こうじみ そ・ふた肉・鶏卵・かつお節	精白米・砂糖・緑豆はるさめ・ ごま油・いりごま	わかめ・青葱・たまねぎ・ほうれん そう・にんじん・しめじ

※ 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。