



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	チーズじゃが 牛乳 わかめおむすび ほうじ茶	ピザ用チーズ・乳飲料(牛乳)・ぶた肉・なると	じゃがいも・調合油・中華めん・砂糖・ごま油・しらたき・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	パインヨーグルト ほうじ茶 クッキーパン 牛乳	プレーンヨーグルト・乳飲料(牛乳)・鶏卵・調整豆乳・鶏肉・コンデンスミルク	砂糖・強力粉・ソフトマーガリン・調合油・スパゲティ・無塩バター・薄力粉	パインアップル缶・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	きな粉じゃが 牛乳 コーンおむすび ほうじ茶	きな粉・乳飲料(牛乳)・無添加こうじみそ・めばる・揚げ	じゃがいも・砂糖・精白米・調合油・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	オレンジゼリー ほうじ茶 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)	砂糖・精白米・いりごま・ごま油・調合油・片栗粉・はるさめ・皮つきポテトフライ	アガー・オレンジジュース・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	ビスケット 牛乳 プチいちごパン 牛乳	乳飲料(牛乳)・揚げ・無添加こうじみそ・鶏肉・大豆水煮・焼き竹輪・鶏卵	米粉・ソフトマーガリン・砂糖・精白米・天ぷら粉・調合油・強力粉・無塩バター	はくさい・しょうが・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	こぶきさつま芋 牛乳 菜めしおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・揚げ・蒸しかまぼこ・ロースハム	さつまいも・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	みかんヨーグルト ほうじ茶 ジャムサンド 牛乳	プレーンヨーグルト・鶏ミンチ・大豆ミート・スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)	砂糖・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・ソフトマーガリン	みかん缶・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	しらす炒り大豆 ほうじ茶 パウンドケーキ 牛乳	大豆水煮・しらす干し・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)	調合油・砂糖・精白米・しらたき・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	黒ごまビスケット 牛乳 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	ごま・米粉・ソフトマーガリン・砂糖・強力粉・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	ミルクゼリー(アガー) ほうじ茶 抹茶蒸しケーキ 牛乳	乳飲料(牛乳)・生クリーム・無添加こうじみそ・鶏肉・ツナ・鶏卵	砂糖・精白米・片栗粉・調合油・マヨネーズ・ホットケーキミックス	アガー・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 ビーフンの中華和え	チーズかぼちゃ ほうじ茶 クリームサンド 牛乳	ピザ用チーズ・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	調合油・精白米・じゃがいも・砂糖・ビーフン・ごま油・いりごま・強力粉・ソフトマーガリン	かぼちゃ・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	メープルラスク 牛乳 鶏そぼろおむすび ほうじ茶	スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)・鶏ミンチ・大豆ミート・ツナ	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・有塩バター・調合油・メープルシロップ・スパゲティ・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)・パセリ・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	人参ビスケット 牛乳 フルーツゼリー（アガー） ほうじ茶	乳飲料（牛乳）・無添加こうじみそ・さば・大豆水煮・焼き竹輪	米粉・ソフトマーガリン・砂糖・精白米・調合油	にんじん・だいこん・しめじ・ひじき・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	ツナ大豆 ほうじ茶 お誕生日ケーキ 牛乳	大豆水煮・ツナ・乳飲料（牛乳）・鶏卵・ウインナーソーゼージ・冷凍ホイップ	砂糖・強力粉・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	シュガーラスク 牛乳 しらすおむすび ほうじ茶	スキムミルク・鶏卵・乳飲料（牛乳）・絹ごし豆腐・無添加こうじみそ・ぶた肉・ロースハム・しらす干し	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・有塩バター・調合油・グラニュー糖・精白米・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・切干しいたけ・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	ジャムヨーグルト ほうじ茶 バナナケーキ 牛乳	プレーンヨーグルト・無添加こうじみそ・めばる・高野豆腐・鶏卵・乳飲料（牛乳）	砂糖・精白米・おつゆふ・片栗粉・調合油・さといも・薄力粉・無塩バター	いちごジャム・ほうれんそう・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	きな粉バナナ ほうじ茶 ココア蒸しケーキ 牛乳	きな粉・絹揚げ・無添加こうじみそ・鶏肉・甘みそ・乳飲料（牛乳）・鶏卵	砂糖・精白米・調合油・ごま油・ホットケーキミックス	バナナ・えのきたけ・ひじき・水煮レンコン・こぼろ千切り・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	ココアラスク 牛乳 鮭おむすび ほうじ茶	スキムミルク・鶏卵・乳飲料（牛乳）・ウインナーソーゼージ・無添加こうじみそ・鶏肉・鮭フレーク	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・有塩バター・調合油・グラニュー糖・焼きそば麺・じゃがいも・ねりごま・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	青のりポテト ほうじ茶 パンプディング 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）	じゃがいも・調合油・精白米・生パン粉・砂糖・マヨネーズ・強力粉・ソフトマーガリン	あおのり・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	りんごゼリー ほうじ茶 プチメロンパン 牛乳	ぶた肉・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	砂糖・精白米・いりごま・ごま油・調合油・片栗粉・強力粉・ソフトマーガリン・無塩バター・薄力粉	アガー・リンゴジュース・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	きな粉ビスケット 牛乳 フライドポテト ほうじ茶	きな粉・乳飲料（牛乳）・揚げ・鶏肉・甘みそ・淡色辛みそ・かつお節	米粉・ソフトマーガリン・砂糖・精白米・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 白身魚のパン粉焼き ショートパスタのカレーマヨ和え	チーズさつま芋 牛乳 昆布おむすび ほうじ茶	ビザ用チーズ・乳飲料（牛乳）・鶏卵・ベーコン・メルルーサ	さつまいも・調合油・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・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	こぶき芋 ほうじ茶 揚げパン 牛乳	揚げ・無添加こうじみそ・ぶた肉・焼き竹輪・乳飲料（牛乳）・鶏卵	じゃがいも・精白米・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	みそ炒り大豆 ほうじ茶 さつま芋フライ 牛乳	大豆水煮・淡色辛みそ・ぶた肉・乳飲料（牛乳）	砂糖・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。