

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	わかめうどん かぼちゃサラダ パインアップル ヤクルト	ミルクゼリー 牛乳 しらすおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・生クリーム・ 蒸しかまぼこ・揚げ・しらす干 し	砂糖・ゆでうどん・チルドボテ ト・マヨネーズ・ヤクルト・精 白米	アガー・わかめ・かぼちゃ・たまね ぎ・むきえだまめ・パインアップル 缶
2	火	こいのぼりいなり あおさかき玉汁 油淋鶏 新じゃが和風彩ポテトサラダ	ヨーグルト ほうじ茶 マラカオ 牛乳	プレーンヨーグルト・でんぷ かにかまぼこ・鶏卵・鶏むね 肉・かつお節・乳飲料(牛 乳)・冷凍ホイップ	砂糖・精白米・片栗粉・ごま 油・じゃがいも・マヨネーズ・ ホットケーキミックス・調合油	きゅうり・コーン缶・寿司のり・あ おさ・たまねぎ・アスパラガス・に んじん
6	土	ごはん 玉ねぎのおすまし サバのみそ煮 高野豆腐の煮物	青のりラスク 牛乳 抹茶蒸しパン 牛乳	スキムミルク・鶏卵・乳飲料 (牛乳)・さば・甘みそ・淡色 辛みそ・高野豆腐	強力粉・砂糖・ソフトマーガリ ン・有塩バター・調合油・精白 米・おつゆふ・さといも・ホッ トケーキミックス	あおのり・たまねぎ・しょうが・に んじん・いんげん
8	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	オレンジゼリー 牛乳 わかめおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏ミンチ・大 豆ミート・ツナ	砂糖・スパゲティ・調合油・ じゃがいも・ヤクルト・精白米	アガー・オレンジジュース・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・炊き 込みわかめ
9	火	ごはん コーン中華スープ マーボー春雨 ほうれん草ともやしのごま和え	かぼちゃホール 牛乳 プチクリームパン 牛乳	乳飲料(牛乳)・大豆ミート・ 赤色辛みそ・ぶたミンチ・ロー スハム・鶏卵・卵黄	ホットケーキミックス・生パン 粉・砂糖・調合油・精白米・い りごま・ごま油・はるさめ・片 栗粉・強力粉・ソフトマーガリ ン・薄力粉・無塩バター	かぼちゃ・コーン缶・白葱・たまね ぎ・にんじん・青葱・ほうれんそ う・りよくとうもやし・しょうが
10	水	パン きのこのブラウンシチュー たまごサラダ みかん	人参ビスケット 牛乳 お誕生日ケーキ 牛乳	乳飲料(牛乳)・鶏卵・冷凍ホ イップ	薄力粉・生パン粉・砂糖・調合 油・強力粉・ソフトマーガリ ン・じゃがいも・デミグラス ソース・マヨネーズ・ホット ケーキミックス・無塩バター	にんじん・たまねぎ・えのきたけ・ エリンギ・グリーンピース・トマト ホール缶・キャベツ・きゅうり・み かん缶・パインアップル缶
11	木	ごはん じゃが芋のみそ汁 鶏むね肉の香味焼き ちくわのマヨ和え	ジャムヨーグルト ほうじ茶 ココア蒸しケーキ 牛乳	プレーンヨーグルト・無添加こ うじみそ・鶏むね肉・焼き竹 輪・かにかまぼこ・乳飲料(牛 乳)・鶏卵	砂糖・精白米・じゃがいも・調 合油・ごま油・マヨネーズ・ ホットケーキミックス	いちごジャム・えのきたけ・わか め・白葱・しょうが・キャベツ・か いわれ
12	金	ごはん 具だくさん汁 白身魚の天ぷら ショートパスタのカレーマヨ和え	チーズさつま芋 ほうじ茶 プチいちごパン 牛乳	ピザ用チーズ・ホキ・乳飲料 (牛乳)・鶏卵	さつまいも・調合油・精白米・ しらたき・天ぷら粉・ツイスト マカロニ・マヨネーズ・カレー 粉・砂糖・強力粉・無塩バター	だいこん・しめじ・ごぼう・にんじ ん・青葱・しょうが・きゅうり・ コーン缶・いちごジャム
13	土	ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 豚肉の卵とじ さつま芋きんぴら	きな粉ラスク 牛乳 桃のクラフティ 牛乳	スキムミルク・鶏卵・きな粉・ 乳飲料(牛乳)・絹ごし豆腐・ 無添加こうじみそ・ぶた肉・生 クリーム	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・さつまい も・しらたき・ごま油・いりご ま・ホットケーキミックス	わかめ・たまねぎ・青葱・にんじ ん・白桃缶
15	月	ちゃんぽん麺 和風ポテトサラダ フルーツミックス ヤクルト	黒ごまビスケット 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・ぶた肉・なる と・かつお節・焼き竹輪	ごま・薄力粉・生パン粉・砂 糖・調合油・中華めん・ごま 油・チルドポテト・マヨネー ズ・ヤクルト・天ぷら粉	キャベツ・にんじん・りよくとうも やし・青葱・たまねぎ・コーン缶・ むきえだまめ・フルーツカクテル 缶・みかん缶・あおのり
16	火	こくろまひき肉カレーライス スパゲティサラダ キウイ	ココアラスク 牛乳 プチメロンパン 牛乳	スキムミルク・鶏卵・乳飲料 (牛乳)・鶏ミンチ・大豆ミ ート・コンデンスミルク	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・精白米・じゃがい も・カレールウ・スパゲティ・ 無塩バター・薄力粉	たまねぎ・にんじん・きゅうり・キ ウイフルーツ
17	水	ごはん 中華スープ チキンホイコーロー 切干大根の中華和え	ツナ大豆 ほうじ茶 青のりフライドポテト 牛乳	大豆水煮・ツナ・鶏むね肉・赤 色辛みそ・淡色辛みそ・ロー スハム・乳飲料(牛乳)	砂糖・精白米・いりごま・ごま 油・片栗粉・調合油・皮つきポ テトフライ	わかめ・白葱・キャベツ・にんじ ん・青ピーマン・切干しいんげん・ きゅうり・コーン缶・あおのり
18	木	パン チキンスープ クリームマカロニ ほうれん草とハムのソテー	こぶきさつま芋 牛乳 鶏そぼろおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・ツナ・ ロースハム・鶏ミンチ・大豆 ミート	さつまいも・強力粉・砂糖・ソ フトマーガリン・マカロニ・調 合油・クリームシチューの素・ 精白米	キャベツ・にんじん・たまねぎ・ コーン缶・ブロッコリー・ほうれん そう・しょうが



日	曜					
19	金	ごはん じゃが芋とえのきのみそ汁 鶏のからあげ きんぴらサラダ	きな粉バナナ ほうじ茶 あんクリームサンド 牛乳	きな粉・無添加こうじみそ・鶏 むね肉・スキムミルク・鶏卵・ 冷凍ホイップ・つぶしあん・乳 飲料（牛乳）	砂糖・精白米・じゃがいも・片 栗粉・調合油・マヨネーズ・強 力粉・ソフトマーガリン	バナナ・えのきたけ・しょうが・こ ぼろ・にんじん・コーン缶
20	土	ごはん 玉ねぎとわかめのおすまし 白身魚のみそ漬け焼き 根菜の炊き合わせ	チーズじゃが ほうじ茶 紅茶ケーキ 牛乳	ピザ用チーズ・めばる・淡色辛 みそ・乳飲料（牛乳）・鶏卵	じゃがいも・調合油・精白米・ 砂糖・さといも・ホットケーキ ミックス・無塩バター	たまねぎ・わかめ・にんじん・だい こん・水煮レンコン・しいたけ・い んげん
22	月	焼きそば ぎのこのみそ汁 鶏むね肉と胡瓜のごま和え ヤクルト	コーンボール 牛乳 菜めしおむすび ほうじ茶	乳飲料（牛乳）・ツナ・無添加 こうじみそ・鶏むね肉	ホットケーキミックス・生パン 粉・砂糖・調合油・中華めん・ ねりごま・いりごま・ごま油・ ヤクルト・精白米	コーン缶・キャベツ・にんじん・た まねぎ・あおのり・しめじ・えのき たけ・なめこ水煮・青葱・きゅう り・菜めしの素
23	火	ハヤシライス ジャーマンポテトサラダ オレンジ	しらす炒り大豆 ほうじ茶 パンプディング 牛乳	大豆水煮・しらす干し・ふた 肉・スキムミルク・鶏卵・乳飲 料（牛乳）	調合油・砂糖・精白米・ハヤシ 肉・じゃがいも・マヨネー ズ・強力粉・ソフトマーガリン	たまねぎ・にんじん・グリーンピー ス・トマトホール缶・オレンジ
24	水	ごはん 白菜と揚げのおすまし 白身魚の西京焼き かぼちゃのそぼろ煮	ココアビスケット 牛乳 ポップコーン わかめおむすび ほうじ茶	乳飲料（牛乳）・揚げ・めば る・甘みそ・鶏ひき肉・大豆 ミート	薄力粉・生パン粉・砂糖・調合 油・精白米・片栗粉・ポップ コーン豆・キャラメルシュ ガー・ソフトマーガリン・カ レー粉	はくさい・かぼちゃ・あおのり・炊 き込みわかめ
25	木	パン 野菜スープ 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ	パインヨーグルト ほうじ茶 シュガーボール 牛乳	プレーンヨーグルト・乳飲料 （牛乳）・鶏卵・鶏もも肉・ス キムミルク	砂糖・強力粉・ソフトマーガリ ン・調合油・チルドポテト・マ ヨネーズ・グラニュー糖	パインアップル缶・たまねぎ・にん じん・はくさい・ミックスベジタ ブル
26	金	ごはん チンゲン菜のみそ汁 揚げ魚と野菜のケチャップ和え 春雨の中華和え	青のりポテト ほうじ茶 パンケーキ 牛乳	揚げ・無添加こうじみそ・めば る・乳飲料（牛乳）	じゃがいも・調合油・精白米・ 片栗粉・砂糖・はるさめ・ごま 油・いりごま・ホットケーキ ミックス・メーフルシロップ・ ソフトマーガリン	あおのり・チンゲンサイ・たまね ぎ・えのきたけ・にんじん・青葱・ トマトケチャップ・きゅうり・コーン 缶
27	土	乳児親子遊びの為 給食・おやつ無し				
29	月	カレーうどん 和風ポテトサラダ 黄桃 ヤクルト	みかんヨーグルト ほうじ茶 プチ抹茶ロールパン 牛乳	プレーンヨーグルト・鶏ミン チ・大豆ミート・かつお節・乳 飲料（牛乳）・鶏卵	砂糖・ゆでうどん・カレー ルウ・片栗粉・チルドポテト・マ ヨネーズ・ヤクルト・強力粉・ ソフトマーガリン・無塩バター	みかん缶・たまねぎ・にんじん・ コーン缶・むきえだまめ・黄桃缶
30	火	ごはん 豆腐のみそ汁 サバの塩焼き 切り干し大根の煮物	みそ炒り大豆 ほうじ茶 フライドポテト 牛乳	大豆水煮・淡色辛みそ・絹ごし 豆腐・無添加こうじみそ・さ ば・揚げ・乳飲料（牛乳）	砂糖・精白米・調合油・皮つき ポテトフライ	わかめ・青葱・切干しだいこん・に んじん・いんげん
31	水	パン ミネストローネ 白身魚の米粉カレームニエル 高野豆腐のサラダ	メーブルラスク 牛乳 ゆかりおむすび ほうじ茶	スキムミルク・鶏卵・乳飲料 （牛乳）・ベーコン・メルルー サ・高野豆腐・かにかまぼこ	強力粉・砂糖・ソフトマーガリ ン・有塩バター・調合油・メー フルシロップ・じゃがいも・米 粉・カレー粉・ごま油・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・コーン缶・か いわれ・ゆかりこ

※ 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。