



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	金	てまりおむすび 毬麩の卵スープ 花色もちもちチーズ団子 菜の花のお浸し	ヨーグルト ほうじ茶 桃の花クリームサンド 牛乳	プレーンヨーグルト・鶏卵・ はんぺん・ピザ用チーズ・ツ ナ・冷凍ホイップ・乳飲料 (牛乳)	砂糖・精白米・手まり麩・片栗 粉・じゃがいも・五色ふぶあら れ(あられ)・ソフトマーガリ ン・薄力粉・無塩バター	にんじん・コーン缶・炊き込みわか め・むきえだまめ・絹さや・なのは な・ほうれんそう
2	土	ごはん 野菜スープ 豚肉とアスパラのオイスター炒め 春雨の酢の物	青のりラスク 牛乳 洋梨のクラフティ 牛乳	スキムミルク・鶏卵・乳飲料 (牛乳)・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・精白 米・はるさめ・ごま油・いりご ま・ホットケーキミックス	あおのり・たまねぎ・にんじん・は くさい・アスパラガス・きゅうり・ コーン缶・洋なし缶
4	月	焼きそば(ウインナー) 玉ねぎとわかめのみそ汁 揚げじゃがとブロッコリーのツナエ ヤクルト	人参ビスケット 牛乳 鮭おむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・ウインナー ソーセージ・無添加こうじみ そ・ツナ・鮭フレーク	米粉・ソフトマーガリン・砂 糖・焼きそば麺・調合油・じゃ がいも・ヤクルト・精白米	にんじん・キャベツ・たまねぎ・あ おのり・わかめ・ブロッコリー
5	火	きのごハヤシライス たまごサラダ フルーツミックス	ツナ大豆 ほうじ茶 バナナケーキ 牛乳	大豆水煮・ツナ・鶏卵・乳飲 料(牛乳)	砂糖・精白米・調合油・ハヤシ ルウ・マヨネーズ・薄力粉・無 塩バター	たまねぎ・にんじん・しめじ・エリ ンギ・えのきたけ・マッシュルー ム水煮・グリーンピース・トマトホ ール缶・キャベツ・きゅうり・フル ーツカクテル缶・みかん缶
6	水	パン 豆乳スープ 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ	きな粉じゃが 牛乳 お誕生日ケーキ 牛乳	きな粉・乳飲料(牛乳)・鶏 卵・調整豆乳・鶏もも・冷凍 ホイップ	じゃがいも・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・ホット ケーキミックス・無塩バター	たまねぎ・えのきたけ・しめじ・に んじん・ミックスベジタブル・みか ん缶・パインアップル缶
7	木	ごはん 中華スープ 八宝菜 海藻サラダ	オレンジゼリー ほうじ茶 フライドポテト 牛乳	ぶた肉・蒸しかまぼこ・かに かまぼこ・乳飲料(牛乳)	砂糖・精白米・いりごま・ごま 油・調合油・片栗粉・皮つきポ テトフライ	アガー・オレンジジュース・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
8	金	ごはん じゃが芋とわかめのみそ汁 白身魚の天ぷら 春雨の中華和え	チーズかぼちゃ ほうじ茶 プチクリームパン 牛乳	ピザ用チーズ・無添加こうじ みそ・ホキ・乳飲料(牛 乳)・鶏卵・卵黄	調合油・精白米・じゃがいも・ 天ぷら粉・はるさめ・砂糖・ご ま油・いりごま・強力粉・ソフ トマーガリン・薄力粉・無塩バ ター	かぼちゃ・わかめ・しょうが・にん じん・きゅうり・コーン缶
9	土	ごはん 絹揚げとえのきのみそ汁 肉じゃが ほうれん草ともやしのとえ物	ビスケット 牛乳 杏仁豆腐 ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・絹揚げ・無 添加こうじみそ・ぶた肉	米粉・ソフトマーガリン・砂 糖・精白米・じゃがいも・しら たき・調合油・ごま油	えのきたけ・たまねぎ・にんじん・ グリーンピース・りょくとうもや し・ほうれんそう・しょうが・ア ガー・みかん缶・パインアップル缶
11	月	カレーうどん 五目きんぴら パインアップル ヤクルト	シュガーラスク 牛乳 パンケーキ(メープルシロップ) 牛乳	スキムミルク・鶏卵・乳飲料 (牛乳)・鶏ミンチ・大豆 ミート	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・ゆ でうどん・カレールウ・片栗粉・さつ まいも・しらたき・ごま油・いりご ま・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	たまねぎ・にんじん・ごぼう・水煮 レンコン・いんげん・パインアップ ル缶
12	火	オムライス コーンスープ ミニ・スパゲティナポリタン キウイ	ミルクゼリー(アガー) ほうじ茶 ジャムサンド 牛乳	乳飲料(牛乳)・生クリー ム・鶏卵・ベーコン・スキム ミルク	砂糖・精白米・ソフトマーガリ ン・調合油・スパゲティ・強力 粉・ソフトマーガリン	アガー・たまねぎ・ミックスベジ タブル・トマトケチャップ・コーンス ープ(粉末)・パセリ・青ピーマン・に んじん・マッシュルーム水煮・いち ごジャム
13	水	パン さつま芋シチュー ウインナー&キャベツソテー オレンジ	ココアビスケット 牛乳 おかき ゆかりおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・鶏も も・ウインナーソーセージ	米粉・ソフトマーガリン・砂 糖・強力粉・さつまいも・調合 油・クリームシチューの素・カ レー粉・もち・精白米	たまねぎ・にんじん・ブロッ コリー・トマトケチャップ・キャベツ・ オレンジ・ゆかりこ
14	木	ごはん 大根とえのきのおすまし サバのみそ煮 切り干し大根の煮物	こぶきさつま芋 ほうじ茶 プチメロンパン 牛乳	さば・甘みそ・淡色辛みそ・ 揚げ・乳飲料(牛乳)・鶏 卵・コンデンスミルク	さつまいも・精白米・砂糖・調 合油・強力粉・ソフトマーガリ ン・無塩バター・薄力粉	だいこん・えのきたけ・しょうが・ 切干しだいこん・にんじん・いんげ ん
15	金	ごはん 貝だくさん汁(みそ汁) 鶏のからあげ マカロニサラダ	チーズじゃが 牛乳 フルーツヨーグルト ほうじ茶	ピザ用チーズ・乳飲料(牛 乳)・無添加こうじみそ・鶏 むね・プレーンヨーグルト	じゃがいも・調合油・精白米・ しらたき・片栗粉・マカロニ (乾)・マヨネーズ・砂糖	だいこん・しめじ・ごぼう干切り・ にんじん・青葱・しょうが・きゅう り・コーン缶・みかん缶・キウイフ ルーツ・バナナ



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 土	ごはん 里芋のみそ汁 白身魚のパン粉焼き 高野豆腐のサラダ	きな粉バナナ ほうじ茶 桃のクラフティ 牛乳	きな粉・無添加こじみそ・メルルーサ・高野豆腐・かにかまぼこ・鶏卵・乳飲料(牛乳)・生クリーム	砂糖・精白米・さといも・薄力粉・生パン粉・調合油・ごま油・ホットケーキミックス	バナナ・えのきたけ・青葱・コーン缶・かいわれ・白桃缶
18 月	ラーメン 鶏むね肉と胡瓜のごま和え 黄桃 ヤクルト	メープルラスク 牛乳 わかめおむすび ほうじ茶	スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)・なると・鶏むね	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・中華めん・ごま油・ねりごま・いりごま・ヤクルト・精白米	わかめ・青葱・キャベツ・きゅうり・コーン缶・黄桃缶・炊き込みわかめ
19 火	こくうまひき肉カレーライス きんぴらサラダ みかん	りんごゼリー ほうじ茶 ツナとブロッコリーのサンド 牛乳	鶏ミンチ・大豆ミート・スキムミルク・鶏卵・ツナ・乳飲料(牛乳)	砂糖・精白米・じゃがいも・調合油・カレールウ・マヨネーズ・強力粉・ソフトマーガリン	アガー・リンゴジュース・たまねぎ・にんじん・ごぼう・コーン缶・みかん缶・ブロッコリー
21 木	ごはん ほうれん草のみそ汁 サバの塩焼き 大豆とひじきの煮物	みそ炒り大豆 ほうじ茶 フルーツパフェ 牛乳	大豆水煮・淡色辛みそ・無添加こじみそ・さば・焼き竹輪・鶏卵・冷凍ホイップ・乳飲料(牛乳)	砂糖・精白米・おつゆふ・調合油・薄力粉・生パン粉・無塩バター	ほうれん草・ひじき・にんじん・むきえだまめ・フルーツカクテル缶・キウイフルーツ
22 金	パン チキンスープ コロッケ ショートパスタのカレーマヨ和え	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・合ミンチ	ごま・米粉・ソフトマーガリン・砂糖・強力粉・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	キャベツ・にんじん・たまねぎ・きゅうり・コーン缶・ゆかりこ
23 土	卒園式の為 給食・おやつ提供無し				
25 月	きつねうどん ほうれん草のお浸し バナナ ヤクルト	チーズさつま芋 牛乳 鶏そぼろおむすび ほうじ茶	ビザ用チーズ・乳飲料(牛乳)・揚げ・蒸しかまぼこ・焼き竹輪・かつお節・鶏ミンチ・大豆ミート	さつまいも・調合油・ゆでうどん・砂糖・ヤクルト・精白米	青葱・ほうれん草・にんじん・コーン缶・バナナ・しょうが
26 火	ごはん ぎのこのみそ汁 鶏むね肉の香味焼き 高野豆腐の煮物	ジャムヨーグルト ほうじ茶 ココアラスク 牛乳	プレーンヨーグルト・無添加こじみそ・鶏むね・高野豆腐・スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)	砂糖・精白米・調合油・ごま油・さといも・強力粉・ソフトマーガリン・有塩バター・グラニュー糖	いちごジャム・しめじ・えのきたけ・なめこ水煮・青葱・白葱・しょうが・にんじん・いんげん
27 水	パン オニオンスープ 照り焼き豆腐ハンバーグ 和風ポテトサラダ	抹茶ビスケット 牛乳 菜めしおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・合ミンチ・鶏ミンチ・大豆ミート・絹ごし豆腐・かつお節	米粉・ソフトマーガリン・砂糖・強力粉・生パン粉・調合油・チルドポテト・マヨネーズ・精白米	たまねぎ・パセリ・にんじん・コーン缶・むきえだまめ・菜めしの素
28 木	ごはん コーン中華スープ マーボー春雨 チョレギサラダ	しらす炒り大豆 ほうじ茶 さつま芋フライ 牛乳	大豆水煮・しらす干し・大豆ミート・赤色辛みそ・ふたミンチ・乳飲料(牛乳)	調合油・砂糖・精白米・いりごま・ごま油・はるさめ・片栗粉・さつまいも	コーン缶・白葱・たまねぎ・にんじん・青葱・レタス・きゅうり・かいわれ
29 金	ごはん 豆腐のみそ汁 魚の竜田揚げ 切干大根の中華和え	こぶきじゃが芋 ほうじ茶 オレンジゼリー 牛乳	絹ごし豆腐・無添加こじみそ・メルルーサ・ローズハム・乳飲料(牛乳)	じゃがいも・精白米・片栗粉・調合油・砂糖・ごま油・いりごま	わかめ・青葱・しょうが・切干しいんげん・にんじん・きゅうり・コーン缶・アガー・オレンジジュース
30 土	ごはん 玉ねぎと揚げのみそ汁 豚肉の卵とじ 根菜とひじきの和え物	チキン味ラスク 牛乳 クッキー 牛乳	スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)・揚げ・無添加こじみそ・ふた肉	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・有塩バター・調合油・精白米・ごま油・薄力粉	たまねぎ・青葱・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

※ 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。