

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
				1	牛乳 みかん	2	牛乳 さつまいも	3	牛乳 パナナ	4	牛乳 ハイハイ
				御飯	米	大豆の炊き込みご	米 大豆 油揚げ にんじん かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん	御飯	米	御飯	米
				豚ニラ炒め	豚肉(ばら) にんじん たまねぎ キャベツ たら しょうゆ 砂糖 みりん 酒	魚のかば焼き	(乳)さわら(幼)いわし 油 片栗粉 しょうゆ 酒 みりん 砂糖	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉 たまねぎ しょうゆ みりん 酒	炒めビーフン	米 豚肉(ばら) キャベツ にんじん 砂糖 しょうゆ みりん 酒 ごま油
				ほうれん草の白和え	木綿豆腐 にんじん ほうれんそう 板こんにゃく ひじき 白みそ しょうゆ 砂糖 みりん すりごま	なかよしサラダ	キャベツ みかん缶 にんじん 酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖 みりん	切り干し大根の煮物	切り干しだいこん にんじん 油揚げ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	胡瓜の塩こんぶ和え	きゅうり 塩こんぶ
				中華スープ	レタス こまつな コーン(冷凍) かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん ごま油 鶏ガラ	すまし汁	だいこん 絹ごし豆腐 みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん	みそ汁	さつまいも にんじん ねぎ 煮干だし汁 白みそ	すまし汁	たまねぎ にんじん コーン(冷凍) かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん
				バナナ	バナナ	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご
				牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	りんご・ヨーグルト	りんご・ヨーグルト
				アップルパイ	餃子の皮 りんご 砂糖 粉糖 油	節分クッキー	小麦粉 粉糖 バター (幼)ココア	鮭おにぎり	米 さけ みつば 昆布だし汁 しょうゆ 食塩		
6	牛乳 オレンジ	7	牛乳 パナナ	8	牛乳 みかん	9	牛乳 さつまいも	10	牛乳 パナナ	11	
塩こんぶ御飯	米 塩こんぶ	食パン	食パン	御飯	米	御飯	米	御飯	米		
みそ煮込みうどん	ゆでうどん 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ はくさい コーン(冷凍) かつおだし汁 白みそ しょうゆ 酒 みりん	大豆のミートローフ	合い挽きミンチ たまねぎ にんじん 大豆 コーン(冷凍) 卵 ケチャップ	カレーの磯辺揚げ	かれい 食塩 あおりのり 片栗粉 油	回鍋肉	豚肉(ばら) にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン 白みそ しょうゆ 砂糖 みりん 酒	ポークチャップ	豚肉(肩ロース) ケチャップ ウスターソース 油		
こまつな和え	こまつな もやし ツナ油漬缶 砂糖 酒 みりん しょうゆ	ポテトサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり マヨネーズ 食塩	胡瓜とわかめの酢の物	キャベツ きゅうり カットわかめ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ 酢	納豆の磯野菜和え	納豆 こまつな にんじん 刻みのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん	キャベツのおかか和え	キャベツ にんじん かつお節 しょうゆ 酒 みりん 砂糖		
牛乳	牛乳	野菜スープ	レタス エリンギ ほうれんそう しょうゆ コンソメ	みそ汁	だいこん 油揚げ にんじん 煮干だし汁 白みそ	中華スープ	はくさい もやし カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん ごま油	みそ汁	たまねぎ こまつな にんじん 煮干だし汁 白みそ		
ふかし芋	さつまいも(皮付)	オレンジ	オレンジ	牛乳	牛乳	バナナ	バナナ	みかん	みかん		
		じゃこおにぎり	米 しらす干し 刻みのり しょうゆ ごま油 食塩	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	りんごヨーグルト	りんご ヨーグルト(加糖)		
		ツナサンド	マヨネーズ	ロールパン	きゅうり ツナ油漬缶	いちごミルク蒸しパン	牛乳 脱脂粉乳				
13	牛乳 オレンジ	14	牛乳 パナナ	15	牛乳 みかん	16	牛乳 さつまいも	17	牛乳 パナナ	18	牛乳 お子様せんべい
鶏井	米 鶏もも肉 たまねぎ ねぎ 砂糖 しょうゆ みりん 酒	ポークカレー	米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも りんご カレールウ グリンピース(冷凍)	御飯	米	御飯	米	御飯	米	スタミナ井	米 豚肉(ばら) たら にんじん 白みそ しょうゆ 砂糖
さつまいもと大豆の含め煮	さつまいも ひじき 大豆 にんじん ちくわ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー にんじん しょうゆ 酒 みりん 砂糖 かつお節 ひじき	麻婆豆腐	メルルーサ 片栗粉 油 砂糖 しょうゆ 酢	白菜ナムル	木綿豆腐 しいたけ ねぎ 白みそ 砂糖 酒 みりん しょうゆ 片栗粉	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ あおりのり てんぷら粉 油	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー にんじん コーン(冷凍) 砂糖 酒 みりん しょうゆ
すまし汁	たまねぎ エリンギ みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	豆腐サラダ	木綿豆腐 キャベツ きゅうり にんじん 刻みのり 砂糖 みりん しょうゆ 酒	すまし汁	だいこん しめじ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	ささ身と胡瓜の納豆サラダ	鶏ささ身 納豆 にんじん きゅうり ひじき しょうゆ 酒 みりん 砂糖	みそ汁	たまねぎ じゃがいも ねぎ 煮干だし汁 白みそ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	みそ汁	だいこん じゃがいも ねぎ 煮干だし汁 白みそ	いちご	いちご	りんご	りんご	牛乳	牛乳
フライドポテト	じゃがいも 油 食塩	キャロットケーキ	ホットケーキ粉 にんじん 砂糖 牛乳	牛乳	牛乳	わかめおにぎり	米 混ぜ込みわかめ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
				牛乳	牛乳			おふのきなごらスク	麩 バター 砂糖 油 きなこ	オレンジ・ビスケット	オレンジ・ミレービスケット
20	ヨーグルト	21	牛乳 パナナ	22	牛乳 さつまいも	23		24	牛乳 オレンジ	25	牛乳 ハイハイ
ごま塩御飯	米 ごま塩	御飯	米	ロールパン	ロールパン			御飯	米	とんとん井	米 豚肉(ばら) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖
ちゃんぽん	ゆで中華めん 豚肉(ばら) たまねぎ こまつな はくさい にんじん しょうゆ 酒 みりん	鯨・鯖の味噌焼き	(乳)さわら(幼)さば しょうゆ 酒 みりん 白みそ	タンドリーチキン	鶏もも肉 カレー粉 ヨーグルト(無糖) ケチャップ しょうゆ			鶏肉と鶏レバーの生姜煮	鶏もも肉(皮付き) 鶏レバー しょうが 砂糖 酒 みりん しょうゆ 片栗粉	もやしの和えもの	もやし にんじん カットわかめ しょうゆ 酒 みりん 砂糖
ブロッコリーの土佐和え	ブロッコリー にんじん ひじき かつお節 しょうゆ みりん 酒 砂糖	刻み昆布の煮物	刻みこんぶ ひじき 大豆 にんじん 油揚げ ちくわ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ	胡瓜とじゃこの酢の物	きゅうり キャベツ しらす干し 酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖 みりん			あげとえのきのサラダ	キャベツ きゅうり 油揚げ えのき たけ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	みそ汁	たまねぎ 木綿豆腐 ねぎ 煮干だし汁 白みそ
牛乳	牛乳	すまし汁	たまねぎ えのきたけ みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん	野菜スープ	ほうれんそう しめじ にんじん コンソメ しょうゆ			さつま汁	たまねぎ さつまいも ねぎ 煮干だし汁 白みそ		
サモサ餃子	ぎょうざの皮 じゃがいも たまねぎ ケチャップ カレー粉 食塩 油	オレンジ	オレンジ	大豆の肉みそおにぎり	米 大豆 鶏ひき肉 白みそ しょうゆ みりん 砂糖 酒			りんご	りんご	牛乳	牛乳
		ウインナー蒸しパン	ホットケーキ粉 牛乳 油 ウインナーソース ケチャップ					にゅうめん	干しとうめん だいこん にんじん えのきたけ みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん	バナナ	バナナ
27	牛乳 オレンジ	28	牛乳 パナナ								
ドライカレー	米 合い挽きミンチ にんじん たまねぎ ピーマン カレールウ ケチャップ	わかめ御飯	米 混ぜ込みわかめ								
酢の物	もやし きゅうり にんじん 砂糖 しょうゆ(うすくち) 酢 みりん	鶏のから揚げ	鶏もも肉 しょうゆ 酒 みりん 片栗粉 油								
野菜スープ	ほうれんそう しめじ ブロッコリー コンソメ しょうゆ	春雨サラダ	はるさめ きゅうり にんじん 砂糖 酒 みりん しょうゆ ごま油 酢								
みかんヨーグルト	みかん缶 ヨーグルト(加糖)	みそ汁	たまねぎ 木綿豆腐 ねぎ 煮干だし汁 白みそ								
		オレンジ	オレンジ								
		牛乳	牛乳								
		りんご	小麦粉 卵 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 りんご 無塩バター								

建国記念日

天皇誕生日