

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
1	牛乳 バナナ	御飯 白身魚のトマトソースかけ 米 たら 片栗粉 油 トマト ケチャップ 砂糖	親子丼 米 鶏もも肉 たまねぎ 卵 みつば しょうゆ 酒 砂糖 かつおだし汁	3	牛乳 じゃがいも	御飯 青梗菜の甘辛炒め 米 鶏もも肉 にんじん たまねぎ チンゲンサイ しめじ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ	4	牛乳 バナナ	御飯 鶏肉の照り焼き 米 鶏もも肉 しょうゆ みりん 酒	5	牛乳 ハイハイ
		マカロニサラダ マカロニ にんじん きゅうり コーン(冷凍) マヨネーズ	オクラとなめこのサラダ キャベツ きゅうり オクラ なめこ ひじき しょうゆ 砂糖 みりん 酒			もやしナムル もやし きゅうり にんじん 砂糖 みりん しょうゆ 酒 酢 ごま油			切り干し大根の煮物 切り干しだいこん にんじん ちくわ しょうゆ 酒 みりん 砂糖		
		野菜スープ ブロッコリー レタス にんじん コンソメ しょうゆ(うすくち)	みそ汁 木綿豆腐 にんじん ねぎ 煮干だし汁 白みそ			春雨スープ はるさめ カットわかめ えのきたけ しょうゆ 酒 みりん 鶏ガラ かつおだし汁			みそ汁 さつまいも たまねぎ 油揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ		
		オレンジ ひじきの炊き込みおにぎり	ぶどうゼリー ぶどうジュース 水 砂糖 粉ゼラチン 水			牛乳 フルーツポンチ			牛乳 お好み焼き		
7	牛乳 オレンジ	8	牛乳 バナナ	9	牛乳 じゃがいも	10	牛乳 オレンジ	11	山の日	12	牛乳 お子様せんべい
ごましお御飯 米 ごましお	御飯 赤魚の煮付け 米 あかうお 砂糖 酒 みりん しょうゆ 片栗粉	食パン ベーコンと茄子のトマトパスタ 食パン スパゲティ ベーコン たまねぎ なす 油 ケチャップ 砂糖 トマト	食パン イタリアン風マリネ 食パン スパゲティ ベーコン たまねぎ なす 油 ケチャップ 砂糖 トマト			御飯 牛肉とごぼうの生姜炒め 米 牛肉(ばら) にんじん ごぼう 糸こんにやく しょうが しょうゆ 砂糖 みりん 酒			山の日	御飯 焼きうどん 米 ゆでうどん 豚肉(ばら) にんじん キャベツ 焼きそばソース 中濃ソース	
醤油ラーメン 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 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん かつおだし汁	小松菜とあげの和え物 こまつな キャベツ 油揚げ にんじん しょうゆ 酒 みりん 砂糖	黄パプリカ きゅうり ツナ油漬缶 にんじん キャベツ 砂糖 酒 みりん しょうゆ(うすくち)	イタリアン風マリネ 黄パプリカ きゅうり ツナ油漬缶 にんじん キャベツ 砂糖 酒 みりん しょうゆ(うすくち)			ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん ひじき かつお節 砂糖 酒 みりん しょうゆ			山の日	胡瓜の塩昆布和え きゅうり 塩こんぶ	
豆腐の海苔和え 木綿豆腐 にんじん きゅうり 刻みのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん ごま油	とうがん汁 とうがん 鶏もも肉(皮付き) しいたけ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ 酒 食塩	かぼちゃ 豆乳スープ かぼちゃ たまねぎ ブロッコリー 豆乳 コンソメ しょうゆ(うすくち)	かぼちゃ 豆乳スープ かぼちゃ たまねぎ ブロッコリー 豆乳 コンソメ しょうゆ(うすくち)			すまし汁 はくさい えのきたけ カットわかめ かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)			山の日	みそ汁 じゃがいも なめこ ねぎ 白みそ 煮干だし汁	
みかん ヨーグルト	牛乳 シュガー トースト	牛乳 食パン バター グラニュー糖	鮭ピラフ 米 鮭 にんじん コーン(冷凍) コンソメ 食塩			バナナ 牛乳 あんバター クッキー			山の日	ヨーグルト オレンジ	
14	牛乳 ハイハイ	15	牛乳 お子様せんべい	16	牛乳 ハイハイ	17	牛乳 お子様せんべい	18	牛乳 オレンジ	19	牛乳 ハイハイ
御飯 米	チキンカレー 米 鶏もも肉 にんじん たまねぎ じゃがいも グリーンピース(冷凍) カレールウ	御飯 米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも 砂糖 酒 みりん しょうゆ	御飯 米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも 砂糖 酒 みりん しょうゆ			御飯 夏野菜の甘辛炒め 米 鶏もも肉 たまねぎ パプリカ ピーマン れんこん 酢 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉			御飯 白身魚の南蛮漬 米 メルルーサ 片栗粉 油 酢 しょうゆ 砂糖		
ツナの和風パスタ スパゲティ ツナ油漬缶 たまねぎ バター しょうゆ 刻みのり	ヨーグルト ヨーグルト(加糖)	肉じゃが 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも 砂糖 酒 みりん しょうゆ	肉じゃが 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも 砂糖 酒 みりん しょうゆ			ほうれん草のしらす和え ほうれん草 キャベツ にんじん しらす干し しょうゆ 砂糖 みりん 酒			キャベツと胡瓜の梅肉和え キャベツ きゅうり オクラ 梅肉 しょうゆ 酒 砂糖 みりん		
野菜スープ たまねぎ じゃがいも コーン(冷凍) コンソメ しょうゆ(うすくち)		すまし汁 たまねぎ カットわかめ おふ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	すまし汁 たまねぎ カットわかめ おふ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん			みそ汁 さつまいも にんじん たまねぎ 煮干だし汁 白みそ			茄子のみそ汁 なす 木綿豆腐 ねぎ 煮干だし汁 白みそ		
カルピスゼリー カルピス 水 ゼラチン 水	牛乳 ふかし芋	牛乳 さつまいも	梅おかかおにぎり 米 梅肉 かつお節 しょうゆ			オレンジ オレンジ			バナナ バナナ		
21	牛乳 バナナ	22	牛乳 バナナ	23	牛乳 オレンジ	24	牛乳 じゃがいも	25	牛乳 バナナ	26	牛乳 お子様せんべい
わかめ御飯 米 炊き込みわかめ	御飯 カレーのカレー風味揚げ 米 かれい 片栗粉 カレー粉 食塩 油	御飯 鶏肉と鶏レバーの生姜煮 米 鶏もも肉 鶏レバー しょうが 砂糖 酒 みりん しょうゆ 片栗粉	御飯 米 鶏もも肉 鶏レバー しょうが 砂糖 酒 みりん しょうゆ 片栗粉			御飯 豚肉の野菜炒め 米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン しょうゆ 砂糖 みりん 酒			ロールパン ロールパン 合い挽きミンチ たまねぎ にんじん えだまめ 木綿豆腐 卵 ひじき パン粉 ケチャップ		
牛肉うどん ゆでうどん 牛肉(ばら) たまねぎ ほうれん草 にんじん 酒 みりん しょうゆ かつおだし汁	ほうれん草とひじきの白和え 木綿豆腐 ほうれん草 にんじん ひじき 板こんにやく すりごま 白みそ 砂糖 しょうゆ	納豆の磯青菜和え 納豆 こまつな にんじん 刻みのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん	納豆の磯青菜和え 納豆 こまつな にんじん 刻みのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん			すまし汁 とうがん 油揚げ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん			ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん ツナ油漬缶 しょうゆ 酒 みりん 砂糖		
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 砂糖 しょうゆ みりん 酒	みそ汁 なめこ たまねぎ カットわかめ 煮干だし汁 白みそ	すまし汁 とうがん 油揚げ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	すまし汁 とうがん 油揚げ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん			バナナ バナナ			みそ汁 かぼちゃ たまねぎ ねぎ 煮干だし汁 白みそ		
オレンジ オレンジ		オレンジ オレンジ	オレンジ オレンジ			バナナ バナナ			オレンジ オレンジ		
シスコーン ヨーグルト	牛乳 ツナマヨコーン ケーキ	牛乳 ホットケーキ粉 ツナ油漬缶 コーン(冷凍) マヨネーズ	牛乳 フライドポテト			とうもろこし とうもろこし			小松菜おにぎり 米 こまつな しらす干し ごま油 しょうゆ 酒 みりん		
28	牛乳 オレンジ	29	牛乳 じゃがいも	31	牛乳 バナナ	31	牛乳 オレンジ				
夏野菜カレー 米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ かぼちゃ なす ピーマン りんご カレールウ いんげん	とうもろこし御飯 とうもろこし しょうゆ 酒 食塩	御飯 鶏の磯辺揚げ 米 鶏もも肉 しょうゆ みりん 酒 片栗粉 あおのり 油	御飯 米 さけ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ 白みそ 砂糖 しょうゆ 酒			御飯 鶏肉の梅肉焼き 米 鶏もも肉 酒 みりん しょうゆ 梅肉					
蓮根のひじきサラダ れんこん きゅうり にんじん ひじき マヨネーズ しょうゆ すりごま	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	きんぴらごぼう ごぼう にんじん 糸こんにやく ちくわ ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖	きんぴらごぼう ごぼう にんじん 糸こんにやく ちくわ ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖			みそ汁 だいこん 絹ごし豆腐 みつば 煮干だし汁 白みそ					
ヨーグルト ヨーグルト(加糖)	オレンジ オレンジ	すまし汁 こまつな にんじん たまねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	すまし汁 こまつな たまねぎ 油揚げ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん			バナナ バナナ					
牛乳 カルピス	牛乳 ミニカップパフェ	牛乳 生クリーム バナナ シスコーン みかん缶	牛乳 水ようかん			牛乳 豆乳レアチーズケーキ					
牛乳 カルピス	牛乳 カルピス ホットケーキ粉 水	牛乳 生クリーム バナナ シスコーン みかん缶	牛乳 水ようかん			牛乳 クリームチーズ 調製豆乳 ヨーグルト(無糖) 砂糖 粉ゼラチン レモン果汁					