

献立表

| 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | |
|--------------------------|---|-------------------------------|---|---------------------|--|---------------------------|---|-------------------|---|------------------|---|
| | | | | 1 | 牛乳 | 2 | 牛乳 | 3 | 牛乳 | 4 | 牛乳 |
| | | | | じゃがいも | | バナナ | | 文化の日 | | ハイハイ | |
| | | | | 御飯 鶏ののりしお 焼き | 米 鶏もも肉(皮付き) 塩麴 あおのり | 御飯 鱈の煮付け | 米 たらしょうゆ みりん 酒 砂糖 片栗粉 | | | 御飯 炒めビーフ ン | 米 ビーフン 豚肉(ばら) にんじ ん キャベツ しょうゆ 酒 み りん ごま油 |
| | | | | ポパイサラ ダ | ベーコン ほうれんそう キャベツ マヨネーズ しょうゆ | 切り干し大 根のサラダ | 切り干しだいこん きゅうり にんじ ん 砂糖 酒 みりん しょうゆ | | | 大根の梅肉 和え | だいこん カットわかめ 梅干 し 砂糖 酒 みりん しょうゆ |
| | | | | すまし汁 | たまねぎ えのきたけ にんじん かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすく ち) | みそ汁 | たまねぎ えのきたけ 木綿豆腐 煮干だし汁 白みそ | | | すまし汁 | はくさい エリンギ みつば か つおだし汁 酒 しょうゆ(うす くち) |
| | | | | バナナ | バナナ | | | | | ヨーグルト | ヨーグルト(加糖) |
| | | | | 牛乳 ウインナー蒸 しパン | 牛乳 ホットケーキ粉 牛乳 油 ウイン ナーソーセージ ケチャップ | 牛乳 さつまいもパ イ | 牛乳 ぎょうざの皮 さつまいも 砂糖 牛 乳 粉糖 | | | オレンジ | オレンジ |
| 6 | 牛乳 オレンジ | 7 | 牛乳 バナナ | 8 | 牛乳 じゃがいも | 9 | 牛乳 さつまいも | 10 | 牛乳 バナナ | 11 | 牛乳 お子様せんべい |
| さつまいもカ レー | 米 豚肉(ばら) にんじん たまね ぎ 黄パプリカ 赤パプリカ さつま いも(皮付) りんご カレールウ | 御飯 鯖と鯖のみ そ焼き | 米 (乳)さわら(幼)さば しょうゆ 酒 みりん 白みそ | 御飯 ちくわの磯 辺揚げ | 米 ちくわ あおのり てんぷら粉 油 | 御飯 南瓜と厚揚 げのそぼろ 煮 | 米 かぼちゃ 生揚げ 豚ひき肉 にん じん 砂糖 酒 みりん しょうゆ | 御飯 鶏の味噌焼 き | 米 鶏もも肉(皮付き) 白みそ しょう ゆ 酒 砂糖 みりん | 牛井 | 米 牛肉(ばら) たまねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 |
| なかよしサラ ダ | キャベツ きゅうり みかん缶 にん じん 酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖 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 しょうゆ 酒 みりん 砂糖 かつお節 | 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 | 小松菜の海 苔あえ | こまつな にんじん キャベツ 焼 きのり しょうゆ 酒 みりん 砂糖 | ごぼうサラダ | ごぼう きゅうり にんじん ひじき マヨネーズ しょうゆ | もやしと胡瓜 のナムル | もやし きゅうり ごま油 砂糖 酒 みりん しょうゆ 酢 |
| ヨーグルト | ヨーグルト(加糖) | すまし汁 | たまねぎ しいたけ 絹ごし豆腐 かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすく ち) | すまし汁 | 鶏もも肉 はくさい エリンギ みつ ば かつおだし汁 酒 しょうゆ(う すくち) | みそ汁 | たまねぎ カットわかめ 焼ふ 煮 干だし汁 白みそ | すまし汁 | はくさい にんじん エリンギ かつ おだし汁 酒 しょうゆ(うすくち) | みそ汁 | 木綿豆腐 ねぎ さつまいも (皮付) 煮干だし汁 白みそ |
| 牛乳 ツナサンド | 牛乳 ロールパン きゅうり ツナ油漬缶 マヨネーズ | 牛乳 ピザまん風 蒸しパン | 牛乳 ホットケーキ粉 豚ひき肉 とろけ るチーズ ケチャップ 砂糖 牛乳 | さつまいもお にぎり | 米 さつまいも(皮付) 黒ごま 食 塩 昆布だし汁 | 牛乳 コーンチー ズパン | 牛乳 小麦粉 とろけるチーズ 牛乳 砂 糖 コーン 食塩 ベーキングパウ ー | 牛乳 マカロニきな こ | 牛乳 マカロニ きな粉 砂糖 | 牛乳 バナナ | 牛乳 バナナ |
| 13 | 牛乳 オレンジ | 14 | 牛乳 バナナ | 15 | 牛乳 じゃがいも | 16 | 牛乳 さつまいも | 17 | 牛乳 バナナ | 18 | 牛乳 ハイハイ |
| そぼろ丼 | 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやえんどう しょうゆ 酒 みりん 砂糖 | 御飯 鯖の塩焼き | 米 さけ 食塩 | 御飯 八宝菜 | 米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ はくさい こまつな しいたけ ねぎ しょうゆ ごま油 片栗粉 みりん | 食パン 大豆のミート ローフ | 食パン 合い挽きミンチ たまねぎ にんじ ん ゆで大豆 コーン 卵 木綿豆 腐 牛乳 パン粉 ケチャップ | 御飯 豚肉の生姜 焼き | 米 豚肉(肩ロース) しょうが 酒 みり ん しょうゆ | チャーハン | 米 ウインナーソーセージ た まねぎ にんじん ねぎ しょう ゆ みりん 酒 |
| 白菜ナムル | はくさい にんじん カットわかめ みりん 酒 酢 しょうゆ 砂糖 ご ま油 | きんぴらご ぼう | ごぼう れんこん 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 | 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 | マカロニサラ ダ | マカロニ にんじん きゅうり コー ン マヨネーズ | 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 | 胡瓜の塩こ んぶ和え | きゅうり 塩こんぶ |
| すまし汁 | だいこん にんじん みつば かつ おだし汁 酒 しょうゆ(うすくち) | みそ汁 | 木綿豆腐 油揚げ ねぎ 煮干だし 汁 白みそ | 中華スープ | コーン レタス たまねぎ しょうゆ 酒 みりん かつおだし汁 しょうゆ (うすくち) 鶏ガラ ごま油 | 野菜スープ | たまねぎ キャベツ しめじ しょう ゆ かつおだし汁 みりん 酒 | みそ汁 | 焼ふ カットわかめ たまねぎ 煮 干だし汁 白みそ | すまし汁 | たまねぎ レタス コーン(冷 凍) しょうゆ かつおだし汁 みりん 酒 |
| 牛乳 ジャムサンド | 牛乳 食パン いちごジャム | 牛乳 さつまいもと りんごケーキ | 牛乳 ホットケーキ粉 卵 さつまいも 無 塩バター 砂糖 脱脂粉乳 牛乳 | 牛乳 お好み焼き | 牛乳 お好み焼き粉 豚肉(ばら) キャベ ツ 卵 ねぎ 水 お好み焼きソー ス | 雑炊 | 米 にんじん だいこん ねぎ え のきたけ 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁 | みかんヨー グルト | ヨーグルト(加糖) みかん缶 | ヨーグルト オレンジ | ヨーグルト(加糖) オレンジ |
| 20 | 牛乳 オレンジ | 21 | 牛乳 バナナ | 22 | 牛乳 じゃがいも | 23 | 牛乳 さつまいも | 24 | 牛乳 さつまいも | 25 | 牛乳 お子様せんべい |
| チキンカ レー | 米 鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ じゃがいも ほうれん草 りんご カレールウ | ロールパン ロールパン マトソースか け | ロールパン たら 片栗粉 油 たまねぎ トマト ケチャップ 酒 砂糖 | 御飯 豚ニラ炒め | 米 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 | 食パン 大豆のミート ローフ | 食パン 合い挽きミンチ たまねぎ にんじ ん ゆで大豆 コーン 卵 木綿豆 腐 牛乳 パン粉 ケチャップ | わかめ御飯 | 米 炊き込みわかめ | スタミナ丼 | 米 豚肉(ばら) たら にんじ ん 白みそ しょうゆ 砂糖 |
| キャベツと 胡瓜のみそ ドレッシング | キャベツ きゅうり コーン 白みそ 酢 しょうゆ ごま油 | 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 | 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 | マカロニサラ ダ | マカロニ にんじん きゅうり コー ン マヨネーズ | 五目うどん | ゆでうどん 豚肉(ばら) たまねぎ にんじん だいこん ねぎ かつお だし汁 しょうゆ(うすくち) しょうゆ 酒 | キャベツの おかか和え | キャベツ かつお節 しょうゆ 酒 みりん 砂糖 |
| ヨーグルト | ヨーグルト(加糖) | 野菜スープ | たまねぎ レタス コーン しょうゆ かつおだし汁 みりん 酒 | みそ汁 | なめこ ねぎ たまねぎ 煮干だし 汁 白みそ | ヨーグルト | ヨーグルト(加糖) | 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 | すまし汁 | たまねぎ 絹ごし豆腐 みつば かつおだし汁 酒 しょうゆ(う すくち) |
| 牛乳 フライドポテ ト | 牛乳 じゃがいも 油 食塩 | バナナヨー グルト | バナナ ヨーグルト(加糖) | 牛乳 お好み焼き | 米 塩こんぶ ごま ごま油 | 雑炊 | 米 にんじん だいこん ねぎ え のきたけ 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁 | バナナ | 牛乳 さつまいも(皮付) | 牛乳 バナナ | 牛乳 バナナ |
| 27 | 牛乳 オレンジ | 28 | 牛乳 じゃがいも | 29 | 牛乳 バナナ | 30 | 牛乳 さつまいも | | | | |
| 御飯 鶏肉と大根 の煮物 | 米 鶏もも肉(皮付き) だいこん にん じん ちくわ 板こんにやく グリン ピース 砂糖 酒 みりん しょうゆ | 御飯 鶏肉と鶏レ バーの生姜 煮 | 米 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 | 御飯 赤魚の竜田 揚げ | 米 であうお 片栗粉 しょうゆ 酒 み りん 油 しょうが | ソイ | 米 豚肉(肩ロース) 卵 ねぎ しょう ゆ 酒 みりん 砂糖 | | | | |
| 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 | ほうれん草 の白和え | 木綿豆腐 にんじん ほうれんそう 板こんにやく ひじき 白みそ しょう ゆ 砂糖 みりん すりごま | 刻み昆布の 煮物 | 刻みこんぶ ひじき ゆで大豆 に んじん 油揚げ ちくわ 砂糖 みり ん 酒 しょうゆ | ゴイ | こまつな にんじん キャベツ しょう ゆ(うすくち) 酒 みりん 砂糖 酢 | | | | |
| みそ汁 | ねぎ たまねぎ かぼちゃ 煮干だ し汁 白みそ | みそ汁 | さつまいも(皮付) ねぎ たまねぎ 煮干だし汁 白みそ | すまし汁 | たまねぎ えのきたけ にんじん かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすく ち) | フォースープ | フォー にんじん しいたけ みつば レモン果汁 かつおだし汁 酒 しょう ゆ(うすくち) | | | | |
| 牛乳 じゃこピザ | 牛乳 食パン しらす干し マヨネーズ しょうゆ とろけるチーズ 刻みのり | 牛乳 シュガート ー | 牛乳 食パン パター グラニュー糖 | 牛乳 りんごケー キ | 牛乳 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 | パインミー | ロールパン 豚肉(ばら) しょうゆ 砂糖 酒 みりん にんじん 酢 | | | | |