

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
1	牛乳 オレンジ	2	牛乳 パナナ	3	牛乳 じゃがいも	4	牛乳 さつまいも	5	牛乳 パナナ	6	牛乳 お子様せんべい
御飯	米	春野菜カレー	米 鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ じゃがいも グリーンアスパラガス たけのこ りんご カレールウ	御飯	米	御飯	米	御飯	米	スタミナ丼	米 豚肉(ばら) にら にんじん 白みそ しょうゆ 砂糖
鶏肉のマレード焼き	鶏もも肉(皮付き) しょうゆ マレード			まぐろのみぞれかけ	まぐろ 油 片栗粉 だいこん しょうゆ 砂糖 かつおだし汁	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 みりん	赤魚の煮付け	あかうお 砂糖 酒 みりん しょうゆ 水	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
白菜の海苔和え	はくさい きゅうり 焼きのり 砂糖 みりん 酒 しょうゆ ごま油	コールスロー	キャベツ きゅうり コーン しょうゆ マヨネーズ	納豆の磯青和え	納豆 こまつな にんじん 焼きのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん	ブロッコリーのツナ和え	ブロッコリー にんじん ツナ油漬缶 しょうゆ 砂糖 酒 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 砂糖 酒 みりん しょうゆ	すまし汁	絹ごし豆腐 たまねぎ カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん
野菜スープ	じゃがいも たまねぎ ブロッコリー 洋風だしの素 しょうゆ(うすくち)	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	すまし汁	絹ごし豆腐 たまねぎ カットわかめ 焼ふ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	中華スープ	レタス カットわかめ もやし たまねぎ かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん ごま油 中華ブイヨン	すまし汁	にんじん こまつな たまねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん		
いちご	いちご			オレンジ	オレンジ	バナナ	バナナ				
胡麻昆布おにぎり	米 塩こんぶ ごま ごま油	牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン いちごジャム	マカロニポリタン	マカロニ たまねぎ ウィンナー にんじん ピーマン ケチャップ 洋風だしの素 ウスターソース	牛乳 チーズ蒸しパン	牛乳 ホットケーキ粉 牛乳 クリームチーズ 卵	みかんヨーグルト	ヨーグルト(加糖) みかん缶	牛乳	牛乳
8	牛乳 オレンジ	9	牛乳 パナナ	10	牛乳 じゃがいも	11	牛乳 さつまいも	12	牛乳 パナナ	13	牛乳 ハイハイ
わかめ御飯	米 炊き込みわかめ	御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	鶏井	米 鶏もも肉(皮付き) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 砂糖
味噌煮込みうどん	ゆでうどん 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ はくさい コーン 白みそ みりん 酒 しょうゆ かつおだし汁	白身魚のオーロラソース	メルルーサ(たら) 片栗粉 油 ケチャップ マヨネーズ	牛肉とごぼうの生姜炒め	牛肉(ばら) にんじん ごぼう 糸こんにやく しょうゆ しょうゆ 砂糖 みりん 酒	鶏肉の塩麹焼き	鶏もも肉 塩麹	鮭のちゃんちゃん焼き	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	大根サラダ	だいこん カットわかめ しょうゆ 酒 みりん 砂糖
豆腐の海苔和え	木綿豆腐 にんじん きゅうり 焼きのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん ごま油	ブロッコリーのこま和え	ブロッコリー にんじん しょうゆ 酒 みりん 砂糖 ごま	ほうれん草の白和え	木綿豆腐 にんじん ほうれん草 板こんにやく ひじき 白みそ しょうゆ 砂糖 すりごま	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	きんぴらごぼう	ごぼう れんこん にんじん 糸こんにやく ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖	みそ汁	じゃがいも 油揚げ みつば 煮干だし汁 白みそ
いちご	いちご	野菜スープ	たまねぎ レタス にんじん コーン 洋風だしの素 しょうゆ(うすくち)	みそ汁	なす たまねぎ 焼ふ ねぎ 煮干だし汁 白みそ	すまし汁	絹ごし豆腐 たまねぎ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	若竹汁	たけのこ カットわかめ みつば 焼ふ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん		
牛乳	牛乳	オレンジ	オレンジ	バナナ	バナナ			牛乳 シュガートースト	牛乳 食パン バター グラニュー糖	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
黒胡麻	小麦粉 とろけるチーズ 牛乳 砂糖 黒ご	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	鮭とみつばのおにぎり	米 さけ みつば 食塩			オレンジ	オレンジ
チーズパン	ま 食塩 ペーキングパウダー	あんまん風蒸しパン	ホットケーキ粉 牛乳 こしあん(生)	ふかし芋	さつまいも(皮付)						
15	牛乳 パナナ	16	牛乳 オレンジ	17	牛乳 じゃがいも	18	牛乳 さつまいも	19	牛乳 パナナ	20	牛乳 お子様せんべい
牛井	米 牛肉(ばら) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	焼きうどん	ゆでうどん 豚肉(ばら) にんじん キャベツ しょうゆ 酒 みりん かつお節
こまつなサラダ	こまつな ツナ油漬缶 もやし しょうゆ 酒 みりん 砂糖	鮭の塩焼き	さけ 食塩	春野菜の旨煮	豚肉(ばら) にんじん 新たまねぎ 新じゃがいも 春キャベツ グリーンアスパラガス たけのこ しょうゆ 酒 砂糖 みりん	酢豚	豚肉(肩) たまねぎ にんじん ピーマン 片栗粉 ケチャップ しょうゆ 砂糖 みりん 油	魚のネギ味噌焼き	さば さわら 白ねぎ 白みそ みりん 酒 砂糖	胡瓜の塩昆布和え	きゅうり 塩こんぶ
中華スープ	えのきたけ はるさめ コーン(冷凍) カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん ごま 中華ブイヨン	オリヴィエサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり たまねぎ マヨネーズ 食塩	ささ身ともやしのナムル	もやし キャベツ にんじん 鶏ささ身 砂糖 しょうゆ(うすくち) 酢 みりん ごま油	バンバンジー	鶏ささ身 きゅうり にんじん すりごま ごま油 しょうゆ 酢 砂糖 白みそ	大豆の含め煮	にんじん ゆで大豆 板こんにやく 油揚げ ひじき 砂糖 みりん 酒 しょうゆ かつおだし汁	すまし汁	エリンギ たまねぎ カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん
オレンジ	オレンジ	すまし汁	エリンギ たまねぎ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	みそ汁	木綿豆腐 なめこ ねぎ 煮干だし汁 白みそ	中華スープ	えのきたけ 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) ごま油 中華ブイヨン	みそ汁	はくさい 木綿豆腐 ねぎ 煮干だし汁 白みそ		
いちご	いちご			いちご	いちご	バナナ	バナナ				
にゅうめん	干しそうめん にんじん だいこん えのきたけ みつば かつおだし汁 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	フルーツ杏仁風	牛乳 粉かんでん 水 砂糖 みかん缶 いちご	雑炊	米 鶏もも肉(皮付き) にんじん だいこん えのきたけ ねぎ 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁	牛乳	牛乳
		クッキー	小麦粉 バター 粉糖 ピュアココア(幼児)	水ようかん	こしあん(生) 粉かんでん 水					バナナ	バナナ
22	牛乳 じゃがいも	23	牛乳 パナナ	24	牛乳 オレンジ	25	牛乳 パナナ	26	牛乳 さつまいも	27	牛乳 ハイハイ
塩昆布ごはん	米 塩こんぶ	御飯	米	御飯	米	御飯	米	ごま塩御飯	米 ごま塩ふりかけ	とんとん丼	米 豚肉(肩ロース) 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 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん かつおだし汁 中華だしの素	鮭の照り焼き	さわら しょうゆ 酒 みりん	豚肉の生姜焼き	豚肉(肩ロース) たまねぎ しょうが しょうゆ 酒 みりん	もも肉とレバーの生姜煮	鶏もも肉(皮付き) 鶏レバー しょうが しょうゆ 酒 みりん 砂糖 片栗粉	鶏の磯辺揚げ	鶏もも肉(皮付き) 塩麹 片栗粉 あおのり 油	もやしの和え物	もやし にんじん カットわかめ 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 しらす干し 砂糖 みりん 酒 しょうゆ 酢	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	小松菜のなめこ和え	こまつな にんじん キャベツ なめこ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	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	春雨サラダ	はるさめ きゅうり にんじん 酢 砂糖 酒 みりん しょうゆ ごま油	みそ汁	たまねぎ さつまいも ねぎ 煮干だし汁 白みそ
バナナ	バナナ	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	すまし汁	絹ごし豆腐 たまねぎ カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	みそ汁	じゃがいも 油揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ	けんちん汁	木綿豆腐 にんじん だいこん ごぼう 油揚げ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん ごま油		
牛乳	牛乳					オレンジ	オレンジ	バナナ	バナナ	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
ハムチーズサンドイッチ	食パン ハム スライスチーズ	小松菜おにぎり	米 こまつな しらす干し しょうゆ 酒 みりん	フロスティヨーグルト	ヨーグルト(加糖) 干しぶどう コーンフロスティ	牛乳	さつまいも 蒸しパン	牛乳	牛乳	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
29		30	牛乳 パナナ					カステラ	牛乳 小麦粉 ペーキングパウダー 砂糖 卵 牛乳 ホイップクリーム	オレンジ	オレンジ
		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 グリンピース りんご カレールウ								
		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								
		ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)								
		わかめおにぎり	米 混ぜ込みわかめ								
昭和の日											