

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (土)	マーボー丼 チンゲン菜の和え物 中華スープ	豚ひき肉、しょうが、酒、木綿豆腐、葉ねぎ、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 チンゲン菜、しょうゆ、米酢、砂糖、塩、ごま油 もやし、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、ごま油	牛乳 バナナ ビスケット	18日 (火)	ごはん/納豆 さんまの塩焼き きゅうりとにんじんのごま酢和え みそ汁 ぶどう	米、納豆 さんま(0歳児から2歳児まではさわら)、塩、だいこん きゅうり、にんじん、ごま、米酢、砂糖、しょうゆ 油揚げ、えのきたけ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ぶどう	牛乳 りんごゼリー(りんごジュース、 糖天、砂糖)ビスケット
3日 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き キャベツのごま和え みそ汁 メロン	米 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、じゃがいも キャベツ、にんじん、ちりめんじゃこ、ごま、しょうゆ、みりん 厚揚げ、とうがん、かつお昆布だし、米みそ メロン	牛乳 マロコンフレーク (マッシュマロ、コーンフレーク、 バター)	19日 (水)	流しぞうめん ウインナー スティックきゅうり カップゼリー	ぞうめん、しょうゆ、みりん、砂糖、油揚げ、干ししいたけ、かつお昆布だし ウインナー きゅうり カップゼリー	牛乳 菓子パン
4日 (火)	ごはん さわらの生妻醤油焼き 五目豆 みそ汁 みしょうかん	米 さわら、しょうゆ、酒、生妻 水煮大豆、にんじん、ごぼう、板こんにゃく、干ししいたけ、ひじき、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん 油揚げ、たまねぎ、かぼちゃ、かつお昆布だし、米みそ みしょうかん	牛乳 焼きとうもろこし/せんべい (とうもろこし、みりん、しょう ゆ)	20日 (木)	カレーライス キャベツときゅうりのサラダ カップゼリー	雑穀米、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コーン缶、鶏もも肉、カレー粉 キャベツ、きゅうり、チーズ、砂糖、米酢、油 カップゼリー	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)
5日 (水)	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ 和風スープ すいか	米 合いびき肉、塩、たまねぎ、クチャップ、ウスターソース、パン粉、牛乳 じゃがいも、きゅうり、にんじん、たまねぎ、コーン缶、マヨネーズ にんじん、たまねぎ、えのきたけ、かつお昆布だし、しょうゆ すいか	牛乳 菓子パン	21日 (金)	きのごごはん さわらの塩焼き 切り干し大根の酢酢和え みそ汁 梨	米、油揚げ、しめじ、エリンギ、まいたけ、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん カレー、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ごま、米酢、砂糖、塩 えのきたけ、絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ なし	牛乳 じゃこトースト (じゃこ、ちりめんじゃこ、青の り、粉チーズ、マヨネーズ)
6日 (木)	ハヤシライス きゅうりとコーンのサラダ ミニトマト カップゼリー	米、牛もも肉、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、ハヤシルー きゅうり、コーン缶、米酢、砂糖、塩、油 ミニトマト カップゼリー	牛乳 マロン煎パン (レーズン、煎しパンミックス、 牛乳)	22日 (土)	豚丼 もやし酢の物 みそ汁	米、豚もも肉、たまねぎ、しょうが、酒、しょうゆ、みりん、砂糖 ちやし、米酢、砂糖、塩 焼き、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 バナナ ビスケット
7日 (金)	ごはん 鯖の竜田揚げ 香梅サラダ すまし汁 メロン	米 鯖(0歳児から2歳児はさわら)、しょうゆ、生妻、酒、油 はるさめ、きゅうり、もやし、にんじん、しょうゆ、米酢、砂糖、ごま油 焼、えのきたけ、絹ごし豆腐、わかめ、ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩 メロン	牛乳 コロロラスク (炭パン、砂糖、バター)	25日 (火)	ごはん さわらの塩焼き こまつなの煮まし けんちん汁 みしょうかん	米 さわら、塩 こまつな、にんじん、油揚げ、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、だいこん、にんじん、しいたけ、さといも、こんにゃく、白ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩 みしょうかん	牛乳 お月見団子(0、1歳児はきなこ おはぎ) (白玉粉、あんこ、きなこ、砂糖)
8日 (土)	カレーピラフ もやしの和え物 和風スープ	米、豚ひき肉、コーン缶、たまねぎ、にんじん、カレー粉、しょうゆ、塩 もやし、しょうゆ、砂糖 たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩	牛乳 バナナ ビスケット	26日 (水)	ごはん 八宝菜 なすの中華和え 中華スープ 梨	米 豚もも肉、いか(3歳児から5歳児のみ)、はくさい、たまねぎ、にんじん、しいたけ、もやし、しょうゆ、砂糖、ごま油、片栗粉 なす、しょうゆ、ごま、塩、ごま油、しょうゆ、米酢 絹ごし豆腐、わかめ、はるさめ、ごま油、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 なし	牛乳 じゃがいももち (じゃがいも、片栗粉、塩、しょう ゆ)
10日 (月)	ごはん/ひじき納豆 さけの塩焼き ごぼうサラダ みそ汁 ぶどう	米、ひじき、納豆、しょうゆ さけ、塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、ごま、しょうゆ、マヨネーズ 厚揚げ、焼、わかめ、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ ぶどう	牛乳 わらびもち (わらびもち粉、砂糖、きな粉)	27日 (木)	ミートスパゲティ 大根サラダ 和風スープ カップゼリー	スパゲティ、合いびき肉、にんじん、たまねぎ、トマト缶、クチャップ、コンソメ、ウスターソース、砂糖、油 大根、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、油、しょうゆ キャベツ、にんじん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ カップゼリー	牛乳 ホットドッグ (ロールパン、ウインナー、キャ ベツ、クチャップ)
11日 (火)	ごはん ずき焼き風煮物 もやしの酢の物 みそ汁 みしょうかん	米 牛もも肉、焼き豆腐、しらたき、白ねぎ、はくさい、にんじん、えのきたけ、しょうゆ、みりん、砂糖 もやし、ちりめんじゃこ、わかめ、米酢、砂糖、塩 なす、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ みしょうかん	牛乳 チーストースト (炭パン、ピザ用チーズ)	28日 (金)	さつまいもごはん さんまの塩焼き きんぴらごぼう みそ汁 みしょうかん	米、さつまいも、ごま塩(幼児のみ) さんま(0歳児から2歳児まではさわら) ごぼう、にんじん、ごま油、かつお昆布だし、みりん、しょうゆ、いんげん 厚揚げ、焼、わかめ、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ みしょうかん	牛乳 わらびもち (わらびもち粉、砂糖、きな粉)
12日 (水)	ごはん 豚肉の生妻焼き キャベツのわかめ和え みそ汁 梨	米 豚もも肉、たまねぎ、生妻、醤油、砂糖、油 キャベツ、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん 木綿豆腐、わかめ、なめこ、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ なし	牛乳 あんこパイ (つぶあん、パイシート)	29日 (土)	チャーハン もやしのごま和え 和風スープ	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、塩、しょうゆ ちやし、ごま、しょうゆ、砂糖 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩	牛乳 バナナ ビスケット
13日 (木)	きつねうどん ほうれん草のじゃこ和え 金時豆 メロン	ゆでうどん、油揚げ、青ねぎ、わかめ、かつお昆布だし、煮干しだし、しょうゆ、みりん、酒 ほうれん草、にんじん、ちりめんじゃこ、しょうゆ、みりん 金時豆、砂糖 メロン	牛乳 ひじきおにぎり (米、ひじき、にんじん、油揚 が、しょうゆ、みりん)				
14日 (金)	ごはん 鶏肉のから揚げ コロコロサラダ/ミニトマト オニオンスープ カップゼリー	米 鶏もも肉、しょうゆ、生妻、片栗粉、小麦粉、油 じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、ミニトマト たまねぎ、ほうれん草、塩、油、かつお昆布だし カップゼリー	牛乳 お誕生日ケーキ (小麦粉、砂糖、卵、牛乳、サラ ダ油、生クリーム、りんご、マス カット)				
15日 (土)	クチャップチキンライス キャベツのサラダ 和風スープ	米、たまねぎ、にんじん、鶏もも肉、クチャップ キャベツ、砂糖、米酢、油 わかめ、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ	牛乳 バナナ ビスケット				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・芋けんぴ・おかきを日替わりで提供しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※塩分補給の為午前のおやつにチーズを提供します。

※乳児クラスは毎朝牛乳がつけます。
 ※市販菓子はクッキー・せんべい・カステラ・ビスケットなどを提供しています。

おりのりの部屋：河田・中西より