

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ	
1日 (金)	中華丼 大根サラダ 中華スープ りんご	米、白菜、にんじん、たまねぎ、しいたけ、豚もも肉、えび(幼形から)、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩、片栗粉 だいこん、きゅうり、にんじん、水菜、しらす干し、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、油 絹ごし豆腐、わかめ、もやし、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩、ごま油 りんご	牛乳 チーズ トースト(食パン、ピザ チーズ)	18日 (月)	ごはん・手作りふりかけ 牛肉とごぼうの炒め煮 カブとブロッコリーのサラダ みそ汁 みかん	米、カブの葉、ごま油、塩、しょうゆ、ごま 牛もも肉、ごぼう、にんじん、こんにゃく、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん カブ、ブロッコリー、酢、砂糖、塩、油 かぼちゃ、たまねぎ、白菜、かつお節布だし、米みそ みかん	牛乳 フライドポテト(じゃがいも、 油)	
2日 (土)だのい かえでの日	牛丼 ブロッコリーのサラダ すまし汁	米、牛もも肉、たまねぎ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、砂糖、みりん ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油、ミニトマト 絹ごし豆腐、えのき、わかめ、焼き鮭、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩	牛乳 チーズ バナナ 市販菓子	19日 (火)	ごはん・ひじき納豆 さわらの生煮魚 小松菜のごま酢和え みそ汁 いよかん	米、ひじき、納豆 さわら、葱、しょうゆ、みりん、生姜 小松菜、にんじん、油揚げ、ごま、酢、砂糖、しょうゆ 絹ごし豆腐、わかめ、たまねぎ、だいこん、かつお節布だし、米みそ いよかん	牛乳 みだらし団子(白玉粉、しょうゆ、 砂糖、みりん)0.1歳児はお にぎり(米、塩)	
4日 (月)	ハヤシライス 白菜のサラダ チーズ りんご	米、牛もも肉、たまねぎ、マッシュルーム、油、ハヤシルウ 白菜、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 チーズ りんご	牛乳 おかわり(もち、きな粉、 砂糖)0.1歳児はきな粉おはぎ (米、きな粉、砂糖)	20日 (水)	ごはん 芋煮 だいこんとわかめの酢の物 みそ汁 みかん	米 里芋、じゃがいも、ごぼう、にんじん、こんにゃく、白ねぎ、牛もも肉、かつお節布だし、みりん、砂糖、し だいこん、わかめ、しらす干し、酢、砂糖、塩 白菜、えのき、絹ごし豆腐、焼き鮭、かつお節布だし、米みそ みかん	牛乳 ほうれん草パンケーキ(ホット ケーキ、牛乳、ほうれん草、 バター)	
5日 (火)	手巻き寿司(乳児ははちらし寿司) めざし すまし汁 みかん	米、きゅうり、にんじん、干しいたけ、高野豆腐、かんぴょう、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん、塩、砂糖、酢の めざし(乳児ははちらし) 絹ごし豆腐、ほうれん草、花巻、わかめ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 みかん	牛乳 納豆 せんべい 0.1歳児は市販菓子	21日 (木)	あんかけうどん ちぢみほうれん草のお浸し 煮豆 りんご	うどん、だいこん、にんじん、白菜、油揚げ、豚もも肉、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん、塩、片栗粉 ちぢみほうれん草、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん 金時豆、砂糖 りんご	牛乳 じゃこにおにぎり (米・しらす干し、ごま油、 醤油(幼児のみ))	
6日 (水)	ミートスパゲティ ブロッコリー ポトフ カップゼリー	スパゲティ、あいびきミンチ、にんじん、たまねぎ、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、ウスターソース ブロッコリー じゃがいも、にんじん、エリンギ、キャベツ、たまねぎ、かつお節布だし、コンソメ、塩 カップゼリー	牛乳 おかわり(米、かつお 節、しょうゆ)	22日 (金)	カレーライス キャベツのサラダ チーズ りんご	米、牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、カレー粉、油 キャベツのサラダ チーズ りんご	牛乳 マッシュマロコンフレック(マ ッシュマロ、コンフレック、パ ター) チーズ	
7日 (木)	ごはん 鮭の塩焼き ひじきの煮物 かす汁 りんご	米 鮭、塩 ひじき、油揚げ、にんじん、大豆缶、いんげん、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん だいこん、にんじん、白菜、こんにゃく、豚もも肉、かつお節布だし、米みそ、葱かず、しょうゆ りんご	牛乳 おちあんこ(パイシー ト)、しあん、もち(3歳児か ら)	23日 (土)	ピピン丼 キャベツのごま和え みそ汁	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、ごま油、しょうゆ、砂糖 キャベツ、ごま、しょうゆ、みりん 焼き鮭、わかめ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 チーズ バナナ 市販菓子	
8日 (金)	ごはん・納豆 炊き合わせ 切り干し大根の甘酢和え みそ汁 みかん	米、納豆 豚もも肉、高野豆腐、にんじん、しいたけ、いんげん、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん 切り干しだいこん、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩 小松菜、焼き鮭、わかめ、かつお節布だし、米みそ みかん	牛乳 ふかしもち(さつまいも)	25日 (月)	ごはん 筑前煮 チンゲンサイの和え物 みそ汁 みかん	米 豚もも肉、ごぼう、れんこん、にんじん、干しいたけ、いんげん、こんにゃく、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん チンゲンサイ、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ 白菜、えのき、焼き鮭、たまねぎ、かつお節布だし、米みそ みかん	牛乳 サンドイッチ(食パン、コー ン缶、きゅうり、ツブ缶、マ ヨネーズ)	
9日 (土)	カレーピラフ キャベツのサラダ 和風スープ	米、にんじん、コーン缶、たまねぎ、豚ひき肉、カレー粉、コンソメ、油 キャベツ、酢、砂糖、塩、油 えのき、絹ごし豆腐、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩	牛乳 チーズ バナナ 市販菓子	26日 (火)	ごはん 鮭のから揚げ ポテトサラダ 和風スープ カップゼリー	米 鮭、葱、しょうゆ、小麦粉、片栗粉、油 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、ハム、マヨネーズ、塩 たまねぎ、にんじん、えのき、ほうれん草、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩 カップゼリー	牛乳 お誕生日ケーキ(小麦粉、砂 糖、牛乳、卵、生クリーム(1歳 児から)いちご、青りんご)	
11日 (月)	ごはん・手作りふりかけ さわらの生煮魚 れんこんのきんぴら みそ汁 りんご	米、豚肉、かつお節、ごま、しょうゆ、砂糖 さわら、葱、しょうゆ、みりん、生姜 れんこん、ごぼう、にんじん、こんにゃく、ごま、葱、砂糖、しょうゆ 絹ごし豆腐、小松菜、焼き鮭、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 レーズンケーキ(ホットケー キ粉、ヨーグルト、レーズン、 牛乳)	27日 (水)	ごはん 鶏肉の塩焼き ブロッコリーのサラダ さつまいも いよかん	米、納豆 鶏もも肉、塩 ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 さつまいも、にんじん、こんにゃく、だいこん、ごぼう、焼き鮭、かつお節布だし、米みそ いよかん	牛乳 じゃこトースト(食パン、しらす 干し、マヨネーズ、青のり)	
12日 (火)	ごはん 鶏じゃが キャベツの鹽和え みそ汁 ボンカン	米 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、いんげん、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん、砂糖 キャベツ、にんじん、焼きのり、しょうゆ、みりん 油揚げ、だいこん、えのき、ほうれん草、かつお節布だし、米みそ ボンカン	牛乳 きなこドーナツ(ホットケー キ粉、白玉粉、きなこ、砂糖、牛 乳)	28日 (木)	焼きそば きゅうりとわかめの酢の物 ふかしもち みそ汁 りんご	焼きそば、たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、豚もも肉、おこのみりソース、ウスターソース、青のり きゅうり、わかめ、しらす干し、酢、砂糖、塩 さつまいも 絹ごし豆腐、白菜、わかめ、焼き鮭、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 五平餅(米、米みそ、しょう ゆ、砂糖)	
13日 (水)	ごはん ちくわの鹽揚げ・さつまいもの煮 春雨サラダ 豚汁 みかん	米 ちくわ、小麦粉、青のり、油、さつまいも 春雨、にんじん、きゅうり、もやし、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 大根、にんじん、こんにゃく、白菜、豚もも肉、絹ごし豆腐、かつお節布だし、米みそ みかん	牛乳 お粉クッキー(小麦粉、ベー キングパウダー、薄粉、卵、オ リーブ油)					
14日 (木)	さつまいも 小松菜のじゃこ和え 煮豆 りんご	うどん、油揚げ、わかめ、ねぎ、かつお節布だし、葱、しょうゆ、みりん、砂糖、塩 小松菜、にんじん、しらす干し、しょうゆ、みりん 金時豆、砂糖 りんご	牛乳 お好み焼き(小麦粉、ベー キングパウダー、キャベツ、豚も も肉、かつお節、かつお節布だ し、お好みソース、青のり)					
15日 (金)		お弁当日	牛乳 市販菓子					
16日 (土)	チキンライス キャベツのサラダ 和風スープ	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、コンソメ、ケチャップ、油 キャベツ、酢、砂糖、塩、油 えのき、絹ごし豆腐、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩	牛乳 チーズ バナナ 市販菓子					

※乳児クラスには毎朝牛乳がつけます。※市販菓子はおかき・李けんぴ・せんべい・ウエハースなどを日替わりに使用しています。