

日/曜日	献立名	材 料	おやつ	日/曜日	献立名	材 料	おやつ	
2日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳 マシュマロコーンフレーク (マシュマロ、コーンフレーク、バター)	18日 (水)	ごはん	米	牛乳 じゃこトースト (食パン、ちりめんじゃこ、青のり、 粉チーズ、マヨネーズ)	
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、じゃがいも			牛肉とごぼうの炒め煮	牛もも肉、ごぼう、にんじん、いんげん、こんにゃく、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒		
	キャベツのじゃこ和え	キャベツ、にんじん、きゅうり、ちりめんじゃこ、ごま、米酢、砂糖、塩			ほうれんそうのお浸し	ほうれんそう、かつおぶし、しょうゆ、ちりめんじゃこ		
	みそ汁	厚揚げ、だいこん、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			みそ汁	だいこん、油揚げ、えのき、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、米みそ		
3日 (火)	ぶどう	ぶどう	牛乳 焼きとうもろこし (とうもろこし、みりん、しょうゆ)	19日 (木)	梨	梨	牛乳 ごへいもち (米、米みそ、砂糖、みりん)	
	ごはん	米			ちくわ天うどん	うどん、ちくわ、かぼちゃ、青ねぎ、小麦粉、油、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、塩		
	鯖の味噌煮	鯖(乳児は鯖)、生薑、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん			切り干し大根の煮物	切り干し大根、にんじん、油揚げ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒		
	きゅうりとにんじんのごま酢和え	きゅうり、にんじん、もやし、ごま、米酢、砂糖、しょうゆ			いりこ/きゅうり	いりこ(乳児はちりめんじゃこ)、きゅうり、塩		
4日 (水)	すまし汁	焼き鮭、しいたけ、はくさい、たまねぎ、わかめ、青ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒	牛乳 わらびもち (わらびもち粉、砂糖、きな粉)	20日 (金)	ぶどう	ぶどう	牛乳 高野豆腐のラスク/ぶどう (高野豆腐、牛乳、バター、砂糖、ぶどう)	
	みしょうかん	みしょうかん			ごはん	米		
	ごはん	米			鯖の照り焼き	鯖、砂糖、みりん、しょうゆ、酒		
	豚肉の生姜焼き	豚もも肉、たまねぎ、生薑、しょうゆ、砂糖、油			しろ菜の煮浸し	しろ菜、にんじん、油揚げ、かつお昆布だし、みりん、しょうゆ		
5日 (木)	こまつなのお浸し	こまつな、にんじん、油揚げ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん	牛乳 白玉ボンデケーキ (白玉粉、牛乳、油、粉チーズ、 黒ごま)	21日 (土)	けんちん汁	木綿豆腐、とうがん、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	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	
	みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、なめこ、じゃがいも、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ			カレーピラフ	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		
	メロン	メロン			もやしのごま和え	もやし、ごま、しょうゆ、みりん		
	ごはん	米			和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩		
6日 (金)	和風ハンバーグ	合いびき肉、塩、たまねぎ、パン粉、牛乳、しめじ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、片栗粉	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、油、塩)	23日 (月)	秋分の日			
	ポテトサラダ	じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ						
	和風スープ	にんじん、キャベツ、えのき、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩						
	カップゼリー	カップゼリー						
7日 (土)	ごはん	米	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	24日 (火) お誕生日会	じゃこごはん	米、ちりめんじゃこ、ごま	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、メロン)	
	鯖のみぞれあんかけ	鯖、だいこん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、片栗粉			チキンカツ	鶏もも肉、パン粉、小麦粉、油、クチャップ、ウスターソース		
	春雨サラダ	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			マカロニサラダ/ミニトマト	マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、ミニトマト		
	みそ汁	焼き鮭、はくさい、えのき、絹ごし豆腐、わかめ、青ねぎ、かつお昆布だし、米みそ			オニオンスープ	たまねぎ、にんじん、塩、油、かつお昆布だし		
9日 (月)	ぶどう	ぶどう	牛乳 豆腐ドーナツ (ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、 砂糖、牛乳、油)	25日 (水)	カップゼリー	カップゼリー	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)	
	ごはん	米			中華丼	米、豚もも肉、いり(幼児のみ)、はくさい、たまねぎ、にんじん、しいたけ、しょうゆ、砂糖、ごま油、片栗粉		
	鯖のみぞれあんかけ	鯖、だいこん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、片栗粉			粉ふきもち	じゃがいも、青のり、塩		
	春雨サラダ	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			中華スープ	豚ひき肉、わかめ、はるさめ、もやし、青ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、ごま油		
10日 (火)	みそ汁	焼き鮭、はくさい、えのき、絹ごし豆腐、わかめ、青ねぎ、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 りんごゼリー (りんごジュース、りんご、寒天(アガー)、砂糖)	26日 (木)	梨	梨	牛乳 フレンチトースト (食パン、卵、牛乳、砂糖、バター)	
	ぶどう	ぶどう			ミートスパゲティ	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		
	ごはん	米			大根とツナのサラダ	だいこん、きゅうり、ツナ缶、にんじん、米酢、砂糖、塩、油		
	ずき焼き風煮	牛もも肉、焼き豆腐、糸こんにゃく、白ねぎ、はくさい、にんじん、しょうゆ、みりん、砂糖			和風スープ	キャベツ、じゃがいも、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩		
11日 (水)	もやしの酢の物	もやし、ちりめんじゃこ、わかめ、米酢、砂糖、塩	牛乳 レーズン蒸しパン (レーズン、ホットケーキミックス、牛乳)	27日 (金)	りんご	りんご	牛乳 水ようかん/せんべい (こしあん、寒天、せんべい)	
	みそ汁	なす、たまねぎ、えのき、かつお昆布だし、米みそ			さつまいもごはん	さつまいも、米、塩		
	ぶどう	ぶどう			鯖のホイル焼き	鯖、たまねぎ、にんじん、しめじ、マヨネーズ		
	ごはん	米			わかめときゅうりの酢の物	わかめ、きゅうり、米酢、砂糖、塩		
12日 (木)	ハヤシライス	米、牛もも肉、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、ルー、トマト缶、クチャップ	牛乳 ひじきおにぎり (米、ひじき、にんじん、しょうゆ かつお昆布だし、みりん)	28日 (土)	すまし汁	焼き鮭、たまねぎ、厚揚げ、ほうれんそう、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 バナナ チーズ 市販菓子	
	きゅうりとコーンのサラダ	きゅうり、キャベツ、ブロッコリー、コーン缶、ミニトマト、米酢、砂糖、塩、油			ぶどう	ぶどう		
	チーズ	チーズ			豚丼	米、豚もも肉、たまねぎ、しょうが、酒、しょうゆ、みりん、砂糖		
	スイカ	スイカ			もやしの酢の物	もやし、米酢、砂糖、塩		
13日 (金)	きつねうどん	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、砂糖、みりん、酒	牛乳 お月見団子(0、1歳児はきなこおはぎ) (白玉粉、小豆、砂糖)	30日 (月)	みそ汁	焼き鮭、絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 にんじんクッキー (小麦粉、にんじん、砂糖、油、 ベーキングパウダー)	
	高野豆腐の卵とじ	高野豆腐、鶏もも肉、にんじん、干しいたけ、卵、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒			すまし汁	こまつな、とうがん、わかめ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩		
	金時豆	金時豆、砂糖			梨	梨		
	ぶどう	ぶどう						
14日 (土)	ごはん	米	牛乳 市販菓子 バナナ チーズ		きのこごはん	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		
	筑前煮	鶏もも肉、こんにゃく、にんじん、干しいたけ、わかめ、ごぼう、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、砂糖			鯖のねぎ味噌焼き	鯖、白ねぎ、米みそ、みりん、しょうゆ、酒		
	こまつなのじゃこ和え	小松菜、にんじん、ちりめんじゃこ、しょうゆ、みりん、米酢			切り干し大根の甘酢和え	切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、米酢、砂糖、塩		
	みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、えのき、わかめ、葉ねぎ、米みそ			すまし汁	こまつな、とうがん、わかめ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩		
16日 (月)	梨	梨			梨	梨		
	チャーハン	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、青ねぎ、塩、しょうゆ						
	もやしの和え物	もやし、しょうゆ、砂糖、米酢、塩						
	和風スープ	キャベツ、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩						
17日 (火)	敬老の日		牛乳 菓子パン					
	カレーライス	米、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、鶏もも肉、しめじ、りんご、ルー						
	キャベツときゅうりのサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、砂糖、米酢、油						
	チーズ	チーズ						
17日 (火)	カップゼリー	カップゼリー						

※延長のおやつはビスケット・せんべい・芋けんぴ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。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりようりの部屋：河田・中西より

