

予 定 献 立 表

		共通献立・おやつ	未満児主食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	からだの調子を整えるもの
★	1	月	野菜汁 ほっけの塩焼き ひじきの煮物 パイナップル 牛乳 クレープ	ごはん	米 油 砂糖 油 クレープシート	味噌 ほっけ ひじき さつま揚げ 牛乳 ホイップ バナナ
	2	火	そばろ丼 じゃが芋の味噌汁 きゅうりのごま酢和え オレンジ 牛乳 レーズン お菓子	そばろ丼	米 砂糖 油 じゃが芋 砂糖 ごま油 ごま お菓子	豚・鶏ひき肉 卵 味噌 ちくわ 牛乳 生姜 ほうれん草 玉ねぎ きゅうり 人参 オレンジ レーズン
	3	水	スパゲティミートソース わかめスープ コールスローサラダ りんご 牛乳 シュガーバタートースト	スパゲティミートソース	スパゲティ コールスロードレッシング 食パン バター 砂糖	豚・鶏ひき肉 大豆 わかめ き야べつ コーン きゅうり りんご
	4	木	けんちん汁 さばの味噌煮 小松菜のなめ茸和え みかん 牛乳 お菓子	ごはん	米 砂糖 お菓子	豆腐 油揚げ さば 味噌 牛乳 大根 人参 ごぼう ねぎ 生姜 小松菜 もやし なめ茸 みかん
	5	金	中華風コーンスープ レバーのケチャップ和え 野菜の塩昆布和え バナナ 牛乳 カルピスゼリー	ごはん	米 ごま油 片栗粉 片栗粉 油 砂糖 お菓子	豆腐 卵 豚レバー 塩昆布 牛乳 カルピス ゼラチン コーン ねぎ 生姜 大根 人参 きゅうり バナナ
★	6	土	白菜の味噌汁 鶏肉のママレード焼き レタスとコーンのサラダ キウイ 牛乳 お菓子	ごはん	米 油 和風正油ごまドレッシング お菓子	味噌 鶏肉 魚肉ソーセージ 牛乳 白菜 しめじ ママレード レタス コーン きゅうり キウイ
	7	日				
	8	月	大根の味噌汁 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのポン酢和え バナナ 牛乳 きな粉ドーナツ	ごはん	米 油 ホットケーキMix 油 砂糖	わかめ 味噌 豚肉 削り節 牛乳 豆腐 きな粉 大根 玉ねぎ 生姜 ブロッコリー もやし バナナ
	9	火	ほうれん草の味噌汁 赤魚のレモン風味焼き 上州きんぴら パイナップル 牛乳 カステラ	ごはん	米 油 砂糖 片栗粉 油 砂糖 カステラ	生揚げ 味噌 赤魚 さつま揚げ 牛乳 ほうれん草 えのき レモン汁 ごぼう れんこん 人参 白滝 パイナップル
	10	水	パンプキンシチュー 鶏のから揚げ きやべつサラダ みかん お茶 フルーツヨーグルト	クロワッサン	クロワッサン バター 小麦粉 油 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 ハム ヨーグルト かぼちゃ コーン 玉ねぎ 人参 生姜 きやべつ きゅうり みかん 白桃・みかん・パイ缶 バナナ
★	11	木	照り焼き丼 ふの味噌汁 小松菜とひじきの和え物 りんご 牛乳 小魚 お菓子	照り焼き丼	米 砂糖 片栗粉 麩 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 すりごま お菓子	鶏肉 のり 味噌 ひじき ハム 牛乳 小魚 赤ピーマン エリンギ 玉ねぎ 生姜 ねぎ 小松菜 りんご
	12	金	味噌ラーメン しゅうまい 白菜のお浸し オレンジ 牛乳 ふかし芋	味噌ラーメン	ラーメン ごま油 砂糖 さつま芋	豚・鶏ひき肉 なんと 味噌 しゅうまい 削り節 牛乳 もやし 人参 玉ねぎ ピーマン ねぎ 生姜 白菜 水菜 オレンジ
	13	土	なめこの味噌汁 高野豆腐の卵とじ もやしとツナの和え物 バナナ 牛乳 お菓子	ごはん	米 砂糖 砂糖 ごま油 ごま お菓子	味噌 高野豆腐 豚肉 卵 ツナ 牛乳 なめこ 大根 ねぎ 人参 ごぼう れんこん きゅうり 人参 もやし バナナ
	14	日				
	15	月	玉ねぎの味噌汁 まさご揚げ ごぼうと水菜のサラダ りんご 牛乳 黒糖パンケーキ	ごはん	米 片栗粉 砂糖 油 減塩ごまドレッシング ホットケーキMix 黒砂糖 油	油揚げ 味噌 豆腐 ひじき しらす 鶏ひき肉 ハム 牛乳 脱脂粉乳 玉ねぎ しめじ ごぼう 人参 水菜 りんご

		共通献立・おやつ	未満児主食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	からだの調子を整えるもの
16	火	がごめ昆布のすまし汁 鶏のごま味噌焼き レタスの和風サラダ パイナップル 牛乳 お菓子	ごはん	米 片栗粉	がごめ昆布 卵	ねぎ
				すりごま 砂糖 油	鶏肉 味噌	
				砂糖 ごま	ちくわ 味噌	レタス きゅうり
						パイナップル
				お菓子	牛乳	
17	水	チキンと玉ねぎのスープ エビカツ ポテトサラダ みかん 牛乳 豆乳プリン	バターロール	バターロール ごま油	鶏肉	玉ねぎ 水菜
				油	エビカツ	
				じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	ハム	人参 きゅうり
						みかん
					牛乳 豆乳 プリン	
18	木	さつま汁 かれいの煮つけ チンゲン菜の納豆和え ヨーグルト 牛乳 お菓子 おやつ昆布(以上児)	ごはん	米 さつま芋	豚肉 豆腐 味噌	人参 大根 白滝 ねぎ
				砂糖	かれい	生姜
					納豆	チンゲン菜 もやし
					ヨーグルト	
				お菓子	牛乳 おやつ昆布(以上児)	
19	金	なめこうどん 大豆のかき揚げ 野菜の浅漬け バナナ お茶 きつねおにぎり	なめこうどん	うどん	鶏肉 なんと	なめこ 干椎茸 ねぎ
				小麦粉 油	大豆 しらす 青のり	玉ねぎ
						きゃべつ きゅうり 人参
						バナナ
				米 砂糖 ごま	小揚げ	
20	土	野菜スープ ウインナー ブロッコリーソテー オレンジ 牛乳 お菓子	ごはん	米		ピーマン 玉ねぎ 人参
				油	ウインナー	
				油	ツナ	ブロッコリー しめじ
					オレンジ	
				お菓子	牛乳	
21	日					
22	月	八杯汁 鮭のマヨネーズ焼き 切干大根の炒め煮 パイナップル 牛乳 かぼちゃのいとこ煮	ごはん	米 片栗粉	豆腐	ねぎ 生姜 干椎茸
				ノンエッグマヨネーズ	鮭	粉パセリ
				砂糖 油	さつま揚げ	切干大根 人参
						パイナップル
				小豆 砂糖	牛乳	かぼちゃ
23	水	焼きそば 卵スープ チョレギサラダ バナナ 牛乳 クリームたい焼き	焼きそば	蒸しラーメン 油	豚肉 青のり	きゃべつ 人参 ピーマン 玉ねぎ
					卵	水菜
				ごま油	のり	レタス きゅうり
						バナナ
				クリームたい焼き	牛乳	
24	木	カレーライス もやしスープ もみのきハンバーグ ほうれん草ナムル クラッシュゼリー ジョア お菓子	カレーライス	米 じゃが芋 バター 小麦粉 カレールウ	豚肉 牛乳 脱脂粉乳	人参 玉ねぎ
				ごま油		もやし コーン
				油	ハンバーグ	
				ごま油 ごま		ほうれん草 人参
						ゼリー
				お菓子	ジョア	
25	木	根菜汁 鶏のさっぱり煮 小松菜のごま和え キウイ 牛乳 お菓子	ごはん	米	油揚げ 味噌	大根 人参 ごぼう ねぎ
				砂糖	鶏肉	
				すりごま 砂糖		小松菜 もやし
						キウイ
				お菓子	牛乳	
26	金	きゃべつの味噌汁 カニ風味卵焼き 大根の和え物 りんご 牛乳 お菓子	ごはん	米	生揚げ 味噌	きゃべつ
				砂糖 片栗粉	かにかま 卵	干椎茸 ねぎ
					削り節	大根 人参 きゅうり
						りんご
				お菓子	牛乳	
27	土	わかめの味噌汁 和風包み焼き 春雨炒め みかん 牛乳 お菓子	ごはん	米	わかめ 高野豆腐 味噌	ねぎ
					和風包み焼き	
				春雨 ごま油 ごま 砂糖 油	豚肉	人参 玉ねぎ ピーマン
						みかん
				お菓子	牛乳	
28	日					
29	月	休 園				
30	火	休 園				
31	水	休 園				

★印の日は園で主食を用意しますのでお弁当はいりません。

※都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。