

# 献立予定表

日	曜	主食 (3歳未満児)	副食 共通	食 材	お や つ		食 材
					10時(未満児)	3時(共通)	
1	木	ご飯	酢豚,ソーメン汁,パイン(りんご)	豚肉-もも,にんじん,たまねぎ,じゃがいも,乾しいたけ,青ピーマン,パインアップル(缶詰),鶏がらだし,トマトケチャップ,しょうが,上白糖,本みりん,食塩,こいくちしょうゆ,酢,片栗粉,そうめん,ふまき,こねぎ,うすくちしょうゆ,煮干しだし,パインアップル,りんご	牛乳,バナナ	牛乳,★南瓜ドーナツ	普通牛乳,日本かぼちゃ,プレミックス粉,鶏卵,マーガリン,サラダ油,粉糖
2	金	ご飯	魚の野菜あんかけ,ワンタン汁,バナナ	魚の切り身,しょうが,小麦粉(薄力粉),片栗粉,にんじん,たまねぎ,青ピーマン,乾しいたけ,上白糖,鶏がらだし,こいくちしょうゆ,米酢,サラダ油,ワタンの皮,鶏ひき肉,はんぺん,ほうれんそう,こねぎ,ビーフン,食塩,うすくちしょうゆ,ごま油,塩こしょう,バナナ	牛乳,ラングドシヤ	牛乳,★コーンマヨネーズロール	普通牛乳,ロールパン,マヨネーズ,とうもろこし(缶詰),あおのり
3	土	ご飯	大豆の五色煮,ワカメとえのきのすまし汁	だいず(ゆで),にんじん,ごぼう,揚げかまぼこ,乾しいたけ,板こんにやく,上白糖,料理酒,本みりん,こいくちしょうゆ,サラダ油,生わかめ,えのきたけ,ふまき,煮干しだし,食塩,うすくちしょうゆ	牛乳,ブリッツ	牛乳,ハーバストセサミ	普通牛乳,ハーバストセサミ
5	月	ご飯	カボチャとコーンのグラタン,冬瓜のスープ,スイカ	日本かぼちゃ,ベーコン,にんじん,たまねぎ,とうもろこし(缶詰),バター,小麦粉(薄力粉),普通牛乳,食塩,ビザ用チーズ,鶏肉-もも,とうがんとん,乾しいたけ,こねぎ,うすくちしょうゆ,すいか	牛乳,★じゃこ入りかりんどう	★味付けのりのおにぎり	米,味付けのり
6	火	ご飯	すり身フライ,オクラときゅうりのおかか和え,具だくさん味噌汁,バナナ	すりみ,しそ,にんじん,たまねぎ,ひじき ぼしひじき 鉄釜 乾,青ピーマン,サラダ油,パン粉,オクラ,きゅうり,削り節,こいくちしょうゆ,日本かぼちゃ,きゃべつ,えのきたけ,生わかめ,煮干しだし,麦みそ,バナナ	牛乳,コーンフレーク	牛乳,ミニボルガ	普通牛乳,メロンパン
7	水	ご飯	中華風冷し麦,チリコンカン,パイン(りんご)	冷麦,ロースハム,もやし,きゅうり,鶏卵,ごま油,食塩,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,上白糖,かつお・昆布だし,豚肉(ひき肉),ベーコン,たまねぎ,だいず(ゆで),固形コンソメ,トマトピューレー,トマトケチャップ,ウスターソース,塩こしょう,サラダ油,パセリ(乾),水,パインアップル,りんご	牛乳,バナナ	★プリン	普通牛乳,鶏卵,グラニュー糖,バニラエッセンス
8	木	ご飯	茶碗蒸し,浦上そばろ	鶏肉-もも,ブラックタイガー,乾しいたけ,ふまき,ほうれんそう,鶏卵,昆布だし,食塩,本みりん,うすくちしょうゆ,ごぼう,豚肉-もも,揚げかまぼこ,板こんにやく,もやし,にんじん,上白糖,こいくちしょうゆ,料理酒	牛乳,白い風船	★フルーツヨーグルト	プレーンヨーグルト,バナナ,みかん(缶詰),パインアップル(缶詰),上白糖
9	金	ご飯	えびシウマイ,トマト,きゅうり,チンゲン菜の中華風コーンスープ,バナナ	豚肉(ひき肉),むきえび,たまねぎ,乾しいたけ,しょうが,片栗粉,こいくちしょうゆ,ごま油,しゅうまいの皮,グリーンピース,トマト,きゅうり,食塩,かつお・昆布だし,とうもろこし(缶詰),クリームスタイル),とうもろこし(ホールスタイル),鶏卵,チンゲンサイ,こねぎ,うすくちしょうゆ,バナナ	牛乳,★きんとん	牛乳,★まんじゅう	普通牛乳,小麦粉(薄力粉),ドライイースト,上白糖,食塩,マーガリン,つぶしあん
10	土	ご飯	野菜のうま煮,すり身と人参の味噌汁	豚肉-もも,じゃがいも,にんじん,ごぼう,板こんにやく,れんこん,揚げかまぼこ,さやいんげん,上白糖,こいくちしょうゆ,本みりん,料理酒,サラダ油,すり身,木綿豆腐,たまねぎ,生わかめ,麦みそ,煮干しだし	牛乳,プチうす焼き	牛乳,雪の宿	普通牛乳,雪の宿
13	火	ご飯	親子うどん,ひじき煮	鶏肉-もも,うどん,鶏卵,ふまき,わかめ(生),こねぎ,食塩,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,かつお・昆布だし,ひじき,さやいんげん,にんじん,油揚げ,上白糖,本みりん,料理酒,サラダ油	牛乳,サッポロポテト	牛乳,シガーフライ	普通牛乳,クッキー
14	水	ご飯	夏野菜カレー,きゅうりとシーチキンサラダ	なす,豚肉-もも,日本かぼちゃ,青ピーマン,にんじん,たまねぎ,りんご,にんにく,カレールーウ,サラダ油,普通牛乳,きゅうり,シーチキン(水煮・ライト),とうもろこし(缶詰),上白糖,マヨネーズ(全卵型)	牛乳,たべっこ動物	牛乳,とんがりコーン	普通牛乳,とんがりコーン
15	木	お弁当の日			牛乳,マンナポーロ	牛乳,ムーンライト	普通牛乳,クッキー
16	金	ご飯	魚のケチャップチーズ焼き,なすと薄揚げの味噌汁,スイカ	魚の切り身,たまねぎ,にんじん,青ピーマン,じゃがいも,ほうれんそう,ビザ用チーズ,トマトケチャップ,サラダ油,塩こしょう,本みりん,なす,油揚げ,生わかめ,こねぎ,麦みそ,煮干しだし,すいか	牛乳,バナナ	アイスクリーム	アイスクリーム(普通脂肪)
17	土	ご飯	大豆の五色煮,ワカメとえのきのすまし汁	だいず(ゆで),にんじん,ごぼう,揚げかまぼこ,乾しいたけ,板こんにやく,上白糖,料理酒,本みりん,こいくちしょうゆ,サラダ油,生わかめ,えのきたけ,ふまき,煮干しだし,食塩,うすくちしょうゆ	牛乳,ブリッツ	牛乳,ハーバストセサミ	普通牛乳,ハーバストセサミ
19	月	ご飯	魚の野菜あんかけ,ワンタン汁,バナナ	魚の切り身,しょうが,小麦粉(薄力粉),片栗粉,にんじん,たまねぎ,青ピーマン,乾しいたけ,上白糖,鶏がらだし,こいくちしょうゆ,米酢,サラダ油,ワタンの皮,鶏ひき肉,はんぺん,ほうれんそう,こねぎ,ビーフン,食塩,うすくちしょうゆ,ごま油,塩こしょう,バナナ	牛乳,ラングドシヤ	牛乳,★コーンマヨネーズロール	普通牛乳,ロールパン,マヨネーズ,とうもろこし(缶詰),あおのり
20	火	ご飯	酢豚,ソーメン汁,パイン(りんご)	豚肉-もも,にんじん,たまねぎ,じゃがいも,乾しいたけ,青ピーマン,パインアップル(缶詰),鶏がらだし,トマトケチャップ,しょうが,上白糖,本みりん,食塩,こいくちしょうゆ,酢,片栗粉,そうめん,ふまき,こねぎ,うすくちしょうゆ,煮干しだし,パインアップル,りんご	牛乳,バナナ	牛乳,★南瓜ドーナツ	普通牛乳,日本かぼちゃ,プレミックス粉,鶏卵,マーガリン,サラダ油,粉糖
21	水	ご飯	カボチャとコーンのグラタン,冬瓜のスープ,スイカ	日本かぼちゃ,ベーコン,にんじん,たまねぎ,とうもろこし(缶詰),バター,小麦粉(薄力粉),普通牛乳,食塩,ビザ用チーズ,鶏肉-もも,とうがんとん,乾しいたけ,こねぎ,うすくちしょうゆ,すいか	牛乳,★じゃこ入りかりんどう	★味付けのりのおにぎり	米,味付けのり
22	木	ご飯	すり身フライ,オクラときゅうりのおかか和え,具だくさん味噌汁,バナナ	すりみ,しそ,にんじん,たまねぎ,ひじき ぼしひじき 鉄釜 乾,青ピーマン,サラダ油,パン粉,オクラ,きゅうり,削り節,こいくちしょうゆ,日本かぼちゃ,きゃべつ,えのきたけ,生わかめ,煮干しだし,麦みそ,バナナ	牛乳,コーンフレーク	牛乳,ミニボルガ	普通牛乳,メロンパン
23	金	ご飯	中華風冷し麦,チリコンカン,パイン(りんご)	冷麦,ロースハム,もやし,きゅうり,鶏卵,ごま油,食塩,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,上白糖,かつお・昆布だし,豚肉(ひき肉),ベーコン,たまねぎ,だいず(ゆで),固形コンソメ,トマトピューレー,トマトケチャップ,ウスターソース,塩こしょう,サラダ油,パセリ(乾),水,パインアップル,りんご	牛乳,バナナ	★プリン	普通牛乳,鶏卵,グラニュー糖,バニラエッセンス
24	土	ご飯	野菜のうま煮,すり身と人参の味噌汁	豚肉-もも,じゃがいも,にんじん,ごぼう,板こんにやく,れんこん,揚げかまぼこ,さやいんげん,上白糖,こいくちしょうゆ,本みりん,料理酒,サラダ油,すり身,木綿豆腐,たまねぎ,生わかめ,麦みそ,煮干しだし	牛乳,プチうす焼き	牛乳,雪の宿	普通牛乳,雪の宿
26	月	ご飯	えびシウマイ,トマト,きゅうり,チンゲン菜の中華風コーンスープ,バナナ	豚肉(ひき肉),むきえび,たまねぎ,乾しいたけ,しょうが,片栗粉,こいくちしょうゆ,ごま油,しゅうまいの皮,グリーンピース,トマト,きゅうり,食塩,かつお・昆布だし,とうもろこし(缶詰),クリームスタイル),とうもろこし(ホールスタイル),鶏卵,チンゲンサイ,こねぎ,うすくちしょうゆ,バナナ	牛乳,★きんとん	牛乳,★まんじゅう	普通牛乳,小麦粉(薄力粉),ドライイースト,上白糖,食塩,マーガリン,つぶしあん
27	火	ご飯	茶碗蒸し,浦上そばろ	鶏肉-もも,ブラックタイガー,乾しいたけ,ふまき,ほうれんそう,鶏卵,昆布だし,食塩,本みりん,うすくちしょうゆ,ごぼう,豚肉-もも,揚げかまぼこ,板こんにやく,もやし,にんじん,上白糖,こいくちしょうゆ,料理酒	牛乳,白い風船	★フルーツヨーグルト	プレーンヨーグルト,バナナ,みかん(缶詰),パインアップル(缶詰),上白糖
28	水	ご飯	親子うどん,ひじき煮	鶏肉-もも,うどん,鶏卵,ふまき,わかめ(生),こねぎ,食塩,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,かつお・昆布だし,ひじき,さやいんげん,にんじん,油揚げ,上白糖,本みりん,料理酒,サラダ油	牛乳,サッポロポテト	牛乳,シガーフライ	普通牛乳,クッキー
29	木	ご飯	夏野菜カレー,きゅうりとシーチキンサラダ	なす,豚肉-もも,日本かぼちゃ,青ピーマン,にんじん,たまねぎ,りんご,にんにく,カレールーウ,サラダ油,普通牛乳,きゅうり,シーチキン(水煮・ライト),とうもろこし(缶詰),上白糖,マヨネーズ(全卵型)	牛乳,たべっこ動物	牛乳,とんがりコーン	普通牛乳,とんがりコーン
30	金	ご飯	魚のケチャップチーズ焼き,なすと薄揚げの味噌汁,スイカ	魚の切り身,たまねぎ,にんじん,青ピーマン,じゃがいも,ほうれんそう,ビザ用チーズ,トマトケチャップ,サラダ油,塩こしょう,本みりん,なす,油揚げ,生わかめ,こねぎ,麦みそ,煮干しだし,すいか	牛乳,バナナ	アイスクリーム	アイスクリーム(普通脂肪)
31	土	ご飯	クリームシチュー,コールスローサラダ	豚肉-もも,じゃがいも,たまねぎ,にんじん,日本かぼちゃ,シチューの素,プロッコリー,サラダ油,きゃべつ,きゅうり,ロースハム,とうもろこし(缶詰),塩こしょう,マヨネーズ	牛乳,キヤラメルコーン	牛乳,マリービスケット	普通牛乳,ハードビスケット