

# 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)	
2	月	ご飯	肉みそおでん、ワカメとタマゴのすまし汁、みかん	豚ひき肉、揚げかまぼこ、厚揚げ、板こんにゃく、じゃがいも、にんじん、だいこん、焼き竹輪、麦みそ、おでんの素、上白糖、煮干しだし、生わかめ、ふまき、鶏卵、食塩、うすくちしょうゆ、みかん	牛乳、りんご	牛乳、★黒砂糖くず餅	普通牛乳、黒砂糖、くず粉、きな粉、上白糖、水
3	火	ご飯	鶏ももの唐揚げ、赤大根の酢の物、南瓜とウインナーのスープ、バナナ	鶏もも、しょうが、上白糖、うすくちしょうゆ、鶏卵、片栗粉、サラダ油、赤だいこん、だいたい、日本かぼちゃ、ウインナー、ぶなしめじ、えのきたけ、固形コンソメ、食塩、バナナ	牛乳、白い風船	牛乳、★お好み焼き	普通牛乳、小麦粉、鶏卵、にんじん、きゃべつ、魚肉ソーセージ、ながいも、シーチキン、冷凍コーン、さくらえび、天かす、食塩、マヨネーズ、お好み焼きソース、あおのり、削り節、かつお節
4	水	ご飯	厚焼卵、ブロッコリー、豚汁、りんご	鶏卵、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、こねぎ、上白糖、食塩、サラダ油、ブロッコリー、豚もも、さといも、板こんにゃく、はんぺん、厚揚げ、ごぼう、だいこん、麦みそ、りんご	牛乳、バナナ	牛乳、ぼたぼた焼き	普通牛乳、甘辛せんべい
5	木	ご飯	魚の竜田揚げ、ちくわときゅうりの和風サラダ、のっぺい汁、みかん	まさば、まだい、食塩、こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、上白糖、片栗粉、サラダ油、しょうが、きゅうり、焼き竹輪、にんじん、いりごま、めんつゆ、ごま油、かつお節、豚もも、さといも、木綿豆腐、揚げかまぼこ、たまねぎ、うすくちしょうゆ、みかん	牛乳、りんご	牛乳、★ブルーベリー入りマドレーヌ	普通牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、鶏卵、上白糖、マーガリン、ブルーベリージャム
6	金	ご飯	親子うどん、煮なます、バナナ	鶏もも、うどん、鶏卵、ふまき、わかめ、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、豚もも、にんじん、だいこん、さくらげ、油揚げ、焼き竹輪、上白糖、米酢、サラダ油、バナナ	牛乳、たべっこ動物	牛乳、★ピロシキ風揚げパン	普通牛乳、ロールパン、鶏卵、小麦粉、パン粉、サラダ油、たまねぎ、豚ひき肉、にんじん、カレールウ、カレー粉、固形コンソメ、塩こしょう、こいくちしょうゆ
7	土	ご飯	留菜、ワカメと麩のすまし汁	豚もも、揚げかまぼこ、もやし、きゃべつ、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、鶏卵、上白糖、こいくちしょうゆ、料理酒、本みりん、サラダ油、生わかめ、焼ふ、ふまき、煮干しだし、食塩、うすくちしょうゆ	牛乳、おにぎりせんべい	牛乳、ムーンライト	普通牛乳、クッキー
9	月	ご飯	ポークハヤシ、マセドアンサラダ、りんご	豚もも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、ハヤシルウ、サラダ油、じゃがいも、きゅうり、ロースハム、マヨネーズ、上白糖、塩こしょう、トマト、りんご	牛乳、バナナ	★ごま塩おにぎり	米、黒ごま、食塩
10	火	ご飯	メンチカツ、ブロッコリーのごま和え、コロコロ野菜スープ、みかん	豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、きゃべつ、木綿豆腐、塩こしょう、食塩、上白糖、小麦粉、鶏卵、パン粉、サラダ油、ブロッコリー、ごま、本みりん、こいくちしょうゆ、日本かぼちゃ、うすくちしょうゆ、固形コンソメ、みかん	牛乳、りんご	牛乳、ハーバストセサミ	普通牛乳、ハーバストセサミ
12	木	ご飯	すいとん入り吉野汁、納豆入りかき揚げ、バナナ	豚もも、ごぼう、油揚げ、にんじん、乾しいたけ、たまねぎ、普通牛乳、小麦粉、バター、うすくちしょうゆ、食塩、サラダ油、納豆、魚肉ソーセージ、青ピーマン、さつまいも、鶏卵、上白糖、バナナ	牛乳、アンパンマンひとくちビスケット	牛乳、★ヨーグルト蒸しパン	普通牛乳、ホットケーキMIX、ヨーグルト(ドリンクタイプ)
13	金	ご飯	魚のもみじ焼き、塩昆布サラダ、かき玉汁、りんご	べにざけ、塩こしょう、にんじん、青ピーマン、麦みそ、マヨネーズ、上白糖、きゃべつ、きゅうり、ロースハム、トマト、コーン缶、塩昆布、かつお節、酢、オリーブ油、こいくちしょうゆ、煮干しだし、鶏卵、生わかめ、ふまき、こねぎ、食塩、うすくちしょうゆ、りんご	牛乳、バナナ	牛乳、★とまらんど	普通牛乳、うどん、サラダ油、上白糖
14	土	ご飯	筑前煮、すり身と豆腐の味噌汁	鶏もも、にんじん、板こんにゃく、ごぼう、厚揚げ、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、サラダ油、料理酒、すりみ、木綿豆腐、生わかめ、こねぎ、麦みそ、煮干しだし	牛乳、とんがりコーン	牛乳、黒糖みるく	普通牛乳、お菓子
16	月	ご飯	肉みそおでん、ワカメとタマゴのすまし汁、みかん	豚ひき肉、揚げかまぼこ、厚揚げ、板こんにゃく、じゃがいも、にんじん、だいこん、焼き竹輪、麦みそ、おでんの素、上白糖、煮干しだし、生わかめ、ふまき、鶏卵、食塩、うすくちしょうゆ、みかん	牛乳、りんご	牛乳、★黒砂糖くず餅	普通牛乳、黒砂糖、くず粉、きな粉、上白糖、水
17	火	ご飯	鶏ももの唐揚げ、赤大根の酢の物、南瓜とウインナーのスープ、バナナ	鶏もも、しょうが、上白糖、うすくちしょうゆ、鶏卵、片栗粉、サラダ油、赤だいこん、だいたい、日本かぼちゃ、ウインナー、ぶなしめじ、えのきたけ、固形コンソメ、食塩、バナナ	牛乳、白い風船	牛乳、★お好み焼き	普通牛乳、小麦粉、鶏卵、にんじん、きゃべつ、魚肉ソーセージ、ながいも、シーチキン、冷凍コーン、さくらえび、天かす、食塩、マヨネーズ、お好み焼きソース、あおのり、削り節、かつお節
18	水	ご飯	厚焼卵、ブロッコリー、豚汁、りんご	鶏卵、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、こねぎ、上白糖、食塩、サラダ油、ブロッコリー、豚もも、さといも、板こんにゃく、はんぺん、厚揚げ、ごぼう、だいこん、麦みそ、りんご	牛乳、バナナ	牛乳、ぼたぼた焼き	普通牛乳、甘辛せんべい
19	木	ご飯	魚の竜田揚げ、ちくわときゅうりの和風サラダ、のっぺい汁、みかん	まさば、まだい、食塩、こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、上白糖、片栗粉、サラダ油、しょうが、きゅうり、焼き竹輪、にんじん、いりごま、めんつゆ、ごま油、かつお節、豚もも、さといも、木綿豆腐、揚げかまぼこ、たまねぎ、うすくちしょうゆ、みかん	牛乳、りんご	牛乳、★ブルーベリー入りマドレーヌ	普通牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、鶏卵、上白糖、マーガリン、ブルーベリージャム
20	金	ご飯	親子うどん、煮なます、バナナ	鶏もも、うどん、鶏卵、ふまき、わかめ、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、豚もも、にんじん、だいこん、さくらげ、油揚げ、焼き竹輪、上白糖、米酢、サラダ油、バナナ	牛乳、たべっこ動物	牛乳、★ピロシキ風揚げパン	普通牛乳、ロールパン、鶏卵、小麦粉、パン粉、サラダ油、たまねぎ、豚ひき肉、にんじん、カレールウ、カレー粉、固形コンソメ、塩こしょう、こいくちしょうゆ
21	土	ご飯	留菜、ワカメと麩のすまし汁	豚もも、揚げかまぼこ、もやし、きゃべつ、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、鶏卵、上白糖、こいくちしょうゆ、料理酒、本みりん、サラダ油、生わかめ、焼ふ、ふまき、煮干しだし、食塩、うすくちしょうゆ	牛乳、おにぎりせんべい	牛乳、ムーンライト	普通牛乳、クッキー
24	火	ご飯	ポークハヤシ、マセドアンサラダ、りんご	豚もも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、ハヤシルウ、サラダ油、じゃがいも、きゅうり、ロースハム、マヨネーズ、上白糖、塩こしょう、トマト、りんご	牛乳、バナナ	★ごま塩おにぎり	米、黒ごま、食塩
25	水	ご飯	メンチカツ、ブロッコリーのごま和え、コロコロ野菜スープ、みかん	豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、きゃべつ、木綿豆腐、塩こしょう、食塩、上白糖、小麦粉、鶏卵、パン粉、サラダ油、ブロッコリー、ごま、本みりん、こいくちしょうゆ、日本かぼちゃ、うすくちしょうゆ、固形コンソメ、みかん	牛乳、りんご	牛乳、ハーバストセサミ	普通牛乳、ハーバストセサミ
26	木	ご飯	すいとん入り吉野汁、納豆入りかき揚げ、バナナ	豚もも、ごぼう、油揚げ、にんじん、乾しいたけ、たまねぎ、普通牛乳、小麦粉、バター、うすくちしょうゆ、食塩、サラダ油、納豆、魚肉ソーセージ、青ピーマン、さつまいも、鶏卵、上白糖、バナナ	牛乳、アンパンマンひとくちビスケット	牛乳、★ヨーグルト蒸しパン	普通牛乳、ホットケーキMIX、ヨーグルト(ドリンクタイプ)
27	金	ご飯	魚のもみじ焼き、塩昆布サラダ、かき玉汁、りんご	べにざけ、塩こしょう、にんじん、青ピーマン、麦みそ、マヨネーズ、上白糖、きゃべつ、きゅうり、ロースハム、トマト、コーン缶、塩昆布、かつお節、酢、オリーブ油、こいくちしょうゆ、煮干しだし、鶏卵、生わかめ、ふまき、こねぎ、食塩、うすくちしょうゆ、りんご	牛乳、バナナ	牛乳、★とまらんど	普通牛乳、うどん、サラダ油、上白糖
28	土		生活発表おゆうぎ会				