



日	曜日	おはし	ごはん	献立名	おもな材料	おやつ
1 15	水 水		○	ちびっこカレー コールスローサラダ フルーツヨーグルト	じゃがいも 人参 玉ねぎ 合いびき肉 コーン缶 油 カレールースキムミルク きゃべつ きゅうり 人参 マヨネーズ りんご酢 塩 ヨーグルト みかん缶 パイン缶 バナナ はちみつ	☆きなこクッキー☆ 小麦粉 BP 砂糖 きな粉 黒ごま 卵 スキムミルク
2 16	木 木			テーブルロールパン 魚のトマト焼き ごまサラダ 大根とわかめのスープ	テーブルロールパン 白身魚 トマト パセリ パン粉 オリーブ油 粉チーズ 塩 ごま ごま油 きゃべつ 人参 もやし きゅうり コーン缶 砂糖 酢 醤油 大根 人参 わかめ えのき茸 ごま 中華だし 醤油	☆黒糖かりんとう☆ ホットケーキMIX 卵 油 粉 黒糖 揚げ油 スキムミルク
3 17	金 金	は し	○	じゃが芋のそぼろ煮 かに風味サラダ 味噌汁	じゃが芋 人参 玉ねぎ 鶏ミンチ 生姜 三温糖 醤油 濃口 かにかま 卵 人参 ほうれん草 きゅうり マヨネーズ 塩 こしょう 生揚げ えのき茸 南瓜 ねぎ いらいこ 味噌	☆クリームマーレードケーキ☆ 小麦粉 BP クリームチーズ マーガリン 砂糖 卵 マー レードジャム スキムミルク
4 18	土 土	は し	○	鶏の味噌焼き きゅうりとじゃこの酢の物 もずくスープ	鶏肉 油 三温糖 味噌 濃口 味醂 じゃこ きゅうり きゃべつ コーン缶 砂糖 酢 醤油 かにかま もずく 豆腐 えのき茸 ねぎ 出し昆布 削り節 醤油	果物 (オレンジ) 菓子 (ココナッツクッキー) スキムミルク
6 20	月 月	は し	○	チキンカツ レモン和え ミネストローネ	鶏むね肉 卵 パン粉 小麦粉 油 マヨネーズ ケチャップ ローズハム もやし 人参 きゅうり レモン 三温糖 醤油 酢 パスタ じゃが芋 マーガリン ベーコン 玉ねぎ 人参 ビーマン トマト水煮缶 コンソメ 塩 こしょう	☆いちごクリームサンド☆ サンドイッチ用食パン 砂糖 いちご 生クリーム スキムミルク
7 21	火 火	は し	ごはん少なめ	ちゃんぽんうどん ツナふりかけ ちくわとコーンのサラダ	うどん ごま油 油 豚肉 かまぼこ きゃべつ 長ねぎ きくらげ 出し昆布 削り節 中華だし 醤油 ごま ツナフレーク ほうれん草 コーン缶 三温糖 濃口 醤油 酒 ちくわ わかめ ごま油 きゅうり きゃべつ コーン缶 三温糖 酢 醤油	☆コンソメポテスティック☆ じゃが芋 油 砂糖 コンソメ 小麦粉 BP 青のり スキムミルク
22	水			【誕生会】 チキンライス 鶏の唐揚げ ミモザサラダ カレースープ	米 油 鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン チキンライスの素 鶏肉 にんにく 塩 醤油 味醂 油 片栗粉 マカロニ 卵 きゅうり りんご きゃべつ コーン缶 マヨネーズ 塩 ベーコン 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コンソメ カレールー	☆プリンア・ラ・モード☆ プリン 生クリーム 砂糖 み かん缶 パイン缶 いちご オレンジジュース
8	水	は し	○	豆腐ボール ひじきのサラダ すまし汁	豆腐 ツナフレーク 卵 パン粉 片栗粉 油 人参 玉ねぎ ピーマ ン ねぎ 醤油 酢 砂糖 ひじき かにかま すりごま きゅうり 人参 マヨネーズ 醤油 麩 えのき茸 人参 ねぎ 出し昆布 削り節 醤油	☆ヨーグルトパンケーキ☆ ホットケーキMIX ヨーグルト 牛乳 卵 ブルーベリージャム スキムミルク
9 23	木 木			ミルクロールパン ホワイトシチュー いり卵サラダ ミニゼリー	ミルクロールパン じゃが芋 人参 玉ねぎ 鶏肉 ベーコン クリームコーン缶 グリン ピース 小麦粉 マーガリン コンソメ 塩 こしょう 卵 きゃべつ きゅうり 人参 油 りんご酢 塩 はちみつ ミニゼリー	果物 (バナナ) 菓子 (ほたて焼き) スキムミルク
10	金			【仲良し会】 おにぎり 鶏のつくね焼き しゃきしゃきサラダ 野菜のチキンスープ	米 わかめご飯の素 鶏ミンチ 卵 玉ねぎ 塩 醤油 砂糖 味醂 片栗粉 じゃが芋 ツナフレーク きゅうり 人参 小松菜 三温糖 醤油 酢 ご ま油 きゃべつ 人参 大根 えのき茸 鶏ガラ 醤油 塩	☆アンパンマンクッキー☆ 小麦粉 BP 砂糖 マーガリン 卵 レーズン テコペン アシドミルク
24	金	は し	○	トマトチーズチキン 菜果サラダ コンソメスープ	鶏肉 粉チーズ 玉ねぎ りんご トマト水煮缶 ケチャップ ソース 砂 糖 きゃべつ きゅうり みかん缶 三温糖 酢 醤油 玉ねぎ 人参 パセリ 油 コンソメ 塩 こしょう	☆豆腐ドーナツ☆ ホットケーキMIX 絹豆腐 き な粉 粉黒糖 油 スキムミルク
11	土		○	メキシカン丼 ツナとひじきのマカロニサラダ すまし汁	ウインナー 大豆 玉ねぎ しめじ 人参 コーン缶 油 カレー粉 ケチャップ コンソメ ツナフレーク マカロニ ひじき きゅうり マヨネーズ 塩 かまぼこ もやし えのき茸 ねぎ 出し昆布 削り節 醤油	果物 (いちご) 菓子 (チョコビスケット) スキムミルク
13 27	月 月	は し	○	鮭のポテト焼き チーズサラダ マーボ豆腐風スープ	鮭 じゃが芋 牛乳 ピザ用チーズ パン粉 マーガリン オリーブ油 パセリ 塩 こしょう ダイスチーズ ローズハム きゃべつ きゅうり コーン缶 マヨネーズ 塩 豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ ねぎ 片栗粉 油 中華だし 醤油	☆ポパイマドレーヌ☆ 小麦粉 BP 卵 砂糖 マーガ リン ほうれん草 アーモンド スライス スキムミルク
14 28	火 火	は し	ごはん少なめ	わかめうどん たらこふりかけ かにかまの酢の物	うどん つけあげ 鶏肉 わかめ 人参 玉ねぎ ねぎ 出し昆布 削り節 醤油 たらこ じゃこ 青のり かにかま わかめ きゅうり コーン缶 砂糖 酢 醤油	☆ころころボール☆ さつま芋 栗の甘露煮 マーガ リン 砂糖 コーンフレーク スキムミルク
30	木			クロワッサン スープヌバゲティエ ころころサラダ	クロワッサン パスタ 油 マーガリン えび ベーコン 粉チーズ 生クリーム 牛 乳 人参 玉ねぎ エリンギ パセリ コンソメ 塩 こしょう 南瓜 きゅうり 大豆 コーン缶 マヨネーズ 塩 こしょう	☆のりつきいもち☆ じゃが芋 片栗粉 マーガリン 砂糖 刻みのり 濃口 スキムミルク