

# 予定献立表

曜日	献立名	材料名	おやつ	曜日	献立名	材料名	おやつ
1 (水)	シーフード スパゲティ 野菜サラダ スープ・果物	スパゲティ、イカ、エビ 玉ねぎ、人参、トマトソ ース、しめじ、キャベツ レタス、きゅうり、 わかめ、長ネギ、バナナ	おにぎり 保育ミルク	16 (木)	玄米ごはん ニラ入ハンバーグ グリーンサラダ みそ汁、果物	玄米、黒米、豚ひき肉、玉 葱、ハンペン、ニラ、 レタス、胡瓜、キャベツ ワカメ、シメジ、えのき 青ネギ、桃缶	みかんゼリー せんべい 保育ミルク
2 (木)	玄米ごはん 青椒肉絲 胡瓜和え ゆし豆腐、果物	米、黒米、納豆、シラス 長ネギ、豚肉、ピーマン 竹の子、人参、青ネギ ゆし豆腐、パイン缶	パンプディング 保育ミルク	17 (金)	玄米ごはん 焼鯖おろし きんぴらごぼう 小松菜、じゃが芋	玄米、黒米、鯖、大根 笹ごぼう、ごま、人参、油 揚げ、小松菜、じゃが芋、 オレンジ	大学いも 保育ミルク
3 (金)	桜寿司 白和え あさり汁、果物	米、かんぴょう、でんぶ レンコン、タケノコ、卵 椎茸、人参、ウィンナー、 小松菜、ほうれん、豆腐、 あさり、青ネギ、桃缶	桜もち 保育ミルク	18 (土)	野菜じゅうしい ウィンナーソティ 果物	米、豚肉、人参、小松菜 大根、じゃが芋、卵、ネギ、 ウィンナー、バナナ	菓子パン 保育ミルク
4 (土)	ホットドッグ コンソメスープ 果物	バターロール、ウィンナ ー、キャベツ 玉葱、椎茸、人参 バナナ	菓子、チーズ 保育ミルク	21 (火)	カレーライス 人参サラダ かき玉汁、果物	米、豚肉、玉葱、人参、ポ テト、ブロッコリー、 カレールー、人参、 パイン缶、卵、青ネギ、リ ンゴ	ごま菓子 保育ミルク
6 (月)	玄米ごはん 秋刀魚梅フライ ひじき炒め みそ汁、果物	米、黒米、白身魚、玉葱 ビクルス、ひじき、人参、 にら、油揚げ、ちくわ、 切こんにゃく、大根、長 ネギ、オレンジ	スコーン 保育ミルク	22 (水)	沖縄そば パイパイリチー 果物	沖縄そば、豚肉、かまぼこ、 青ネギ 人参、にら、パイイヤ、ツ ナ缶、バナナ	アイスクリーム in 玄米フレーク 保育ミルク
7 (火)	ハヤシライス 白菜の和え物 清まし汁、果物	米、麦 豚肉、玉葱、マッシュル ーム、人参、白菜、大根、 切昆布、ちくわ、みつ葉、 リンゴ	チーズラスク 保育ミルク	23 (木)	<b>おたんじょう会メニュー</b>		
8 (水)	焼うどん じゃが芋甘辛煮 みそ汁、 果物	うどん、豚肉、白菜、 長ネギ、シメジ、人参、 じゃが芋 豆腐、油揚げ、青ネギ	塩おにぎり 佃煮 保育ミルク	24 (金)	豆ごはん 魚甘酢あんかけ みそ汁、果物	米、黒米、えんどう豆 白身魚、玉葱、ピーマン 人参、竹の子、大根、 油揚げ、オレンジ	マドレーヌ 保育ミルク
9 (木)	<b>遠 足</b>		果物 保育ミルク	25 (土)	菓子パン 野菜スープ 果物	菓子パン、ベーコン、玉 葱、人参、セロリ、大豆 じゃが芋、さやいんげん トマト、バナナ	枝豆、チーズ 保育ミルク
10 (金)	玄米ごはん 豚生姜焼き もずく酢 清し汁、果物	玄米、黒米 豚肉、玉葱、ピーマン 人参、もずく、胡瓜、 カニかまぼこ、青ねぎ、 そうめん、オレンジ	かりんとう 保育ミルク	27 (月)	玄米ごはん ワカサギ唐揚げ 麩チャンプルー みそ汁、果物	米、黒米 ワカサギ、玉葱、キャベツ もやし、人参、いんげん、 麩、冬瓜、ポーク缶、 オレンジ	バナナ in ヨーグルト 保育ミルク
11 (土)	チャーハン みそ汁 果物	米、ハム、玉葱、人参 ピーマン、卵 青菜、豆腐 バナナ	果物、菓子 保育ミルク	28 (火)	麻婆豆腐丼 中華和え スープ、果物	米、豚ひき肉、豆腐、長 ネギ、生姜、もやし、き ゅうり、中華イカ、春雨 ワカメ、青ネギ、ごま リンゴ	ぜんざい 保育ミルク
13 (月)	玄米ごはん 炒り鶏 わかめツナ和え スープ、果物	米、黒米 鶏肉、大豆、人参、椎茸 こんにゃく、蓮根、 さやいんげん、わかめ 胡瓜、ツナ缶、キャベツ、 ハム、桃缶	くずもち 保育ミルク	29 (水)	キツネうどん ブロッコリーの マヨネーズ和え 果物	うどん、長ネギ、油揚げ なると、ブロッコリー、 人参、胡瓜、卵、 バナナ	おにぎり 保育ミルク
14 (火)	すきやき丼 大根と胡瓜なます 味噌汁、果物	米、牛肉、白菜、長ネギ しらたき、シメジ、豆腐 大根、胡瓜、冬瓜、 油揚げ、リンゴ	アメリカン ドッグ 保育ミルク	30 (木)	セーフアン 野菜のかき揚げ 果物	米、鶏ささ身、しいたけ 竹の子、からし菜、卵 玉ねぎ、人参、笹ごぼう、 魚肉ソーセージ、 リンゴ	卵サンド 保育ミルク
15 (水)	ソース焼そば トマ桃サラダ みそ汁	中華そば、豚肉、キャベ ツ、人参、もやし、ピー マン、トマト、桃缶、 豆腐、ねぎ	じゃこおにぎり 保育ミルク	誕 生 会	梅ごはん 鶏唐揚げ、 マカロニサラダ スープ、果物	米、梅しそ、鶏もも肉 マカロニ、胡瓜、人参、 卵、ハム、クリームコー ン、パセリ、パイン缶	誕生ケーキ 保育ミルク

◎やむを得ない事情で材料等が異なる場合があります。

◎土曜日は調理員が交替で休むため軽食になります。ご了承ください。