

予定献立表

日曜	献立名	材料名	おやつ	日曜	献立名	材料名	おやつ
1 (火)	玄米ごはん 酢豚 大根ツナ和え みそ汁、果物	米、黒米 豚肉、玉葱、ピーマン、 人参、竹の子、椎茸、大根 ツナ缶、豆腐、長ネギ リンゴ	みかん寒天 せんべい 保育ミルク	17 (木)	十穀米 鶏肉味噌焼き 野菜ソテー すまし汁、果物	十穀米、鶏肉、青ネギ、 ごま、いんげん、人参、 セロリ、エノキダケ、 絹豆腐、パイン缶	カップケーキ 保育ミルク
2 (水)	スパゲティ ナポリタン 生野菜サラダ 清し汁・果物	スパゲティ、ウィンナー 玉ねぎ、人参、ピーマン トマト、粉チーズ、レタス、 キャベツ、胡瓜、コーン缶 ワカメ、長ネギ、バナナ	しらす おにぎり 保育ミルク	18 (金)	玄米ごはん 魚マヨネーズ焼き ひじき炒め みそ汁、果物	米、黒米、魚、玉葱、シメジ、 ヒジキ、ちくわ、人参 ニラ、こんにゃく、ヘチマ、 揚げ豆腐、オレンジ	冷やし ぜんざい 保育ミルク
3 (木)	かき揚げ 野菜浅漬け アーサ汁、果物	米、むき海老、人参、玉葱、 ごぼう、いんげん、白菜、 胡瓜、大根、かまぼこ、 アーサ、青ネギ、オレンジ	パンプディング グ 保育ミルク	19 (土)	菓子パン クリームスープ 果物	メロンパン ベーコン、タマネギ、 ポテト、クリームコーン 牛乳、バナナ	チーズ クラッカー 保育ミルク
4 (金)	玄米ごはん 鯖味噌煮 麩チャンプルー 清し汁、果物	米、黒米、鯖、長ネギ、 麩、豚肉、ニラ、もやし、 人参、青ネギ、そうめん、 椎茸、桃缶	マドレーヌ 保育ミルク	21 (月)	ふりかけごはん セロリきんぴら 豚汁、果物	米、ふりかけ、豚肉、大根、 長ネギ、里芋、コンニャク、 小松菜、セロリ、人参、 ごま、オレンジ	大学いも 保育ミルク
5 (土)	タコライス コンソメスープ 果物	米、豚挽肉、レタス、トマ ト、チーズ、玉ネギ、人参 シメジ、コンソメ、バナナ	菓子、ゼリー 保育ミルク	22 (火)	麻婆ナス丼 みそ汁 オクラおかか和え 果物	米、豚ひき肉、ナス、長ネギ、 豆腐、人参、オクラ、胡瓜、 削り節、大根、 かまぼこ、パイン缶	ヒラヤーチー 保育ミルク
7 (月)	中華丼 かぼちゃと茹卵の サラダ すまし汁、果物	米、豚肉、白菜、人参、 玉葱、竹の子、きくらげ、 かぼちゃ、卵、小松菜 ハンペン、スイカ	かりん糖 保育ミルク	23 (水)	冷やしうどん カボチャ煮つけ 果物	うどん、豚肉、玉葱、人参 胡瓜、刻み海苔 かぼちゃ、ポーク缶 バナナ	梅おにぎり 保育ミルク
8 (火)	玄米ごはん 納豆、ゴーヤー チャンプルー みそ汁、果物	米、黒米、納豆、シラス、 長ネギ、ゴーヤー、ポーク 缶、玉葱、人参、卵、冬瓜、 豚肉、ぶどう	フルーツ ヨーグルト 保育ミルク	24 (木)	玄米ごはん わかさぎマリネ 千切りイチー 清し汁、果物	米、黒米 ワカサギ、玉葱、パプリカ 千切大根、油揚げ、人参、こ んにゃく、刻み昆布、 そうめん、青ネギ、リンゴ	アイスクリーム in コーンフレーク 保育ミルク
9 (水)	焼うどん 冷やっこ かき玉汁、果物	うどん、豚肉、小松菜、玉 葱、人参、シメジ、長ネギ 絹ごし豆腐、花かつお、 卵、青ネギ、バナナ	ジャムサンド 保育ミルク	25 (金)	しらすご飯 スコッチエッグ 生野菜サラダ 潮汁、果物	米、しらす、大葉、ごま うずら卵、豚挽肉、玉ねぎ、 人参、ケチャップ、レタス、 キャベツ、胡瓜、あさり、青 ネギ、桃缶	誕生ケーキ 保育ミルク
10 (木)	玄米ごはん うじら豆腐 胡瓜和え物 みそ汁、果物	米、黒米、魚すり身、豆腐、 ヒジキ、枝豆、人参、 きくらげ、胡瓜、キャベツ、 塩昆布、ヘチマ、オレンジ	果物、菓子 保育ミルク	26 (土)	まぜごはん かき玉汁 果物	米、油揚げ、人参、ヒジキ かまぼこ、椎茸、青ネギ 卵、みつ葉、リンゴ	菓子、果物 保育ミルク
12 (土)	野菜じゅうしい ウィンナーソテー 果物	米、豚肉、人参、小松菜 卵、青ネギ、ポテト ウィンナー、 リンゴ	菓子、チーズ 保育ミルク	28 (月)	肉団子カレー モモトマサラダ スープ	米、豚ひき肉、玉葱、人参 ジャガイモ、桃缶、トマト キャベツ、セロリ、 ベーコン	ごま菓子 保育ミルク
14 (月)	ビーンズカレー 生野菜サラダ スープ、果物	米、豚肉、玉ねぎ、人参、 じゃが芋、大豆、枝豆 レタス、キャベツ、胡瓜 豆腐、青ネギ、リンゴ	チーズラスク 保育ミルク	29 (火)	バターロール ミネストローネ スープ、和え物 果物	ロールパン、ベーコン、玉葱、 人参、じゃが芋、大豆 セロリ、トマト、いんげん、 マカロニ、胡瓜、水菜 ちくわ、オレンジ	フルーツ ボンチ 保育ミルク
15 (火)	玄米ごはん 野菜の肉巻 カボチャサラダ みそ汁、果物	米、黒米、豚肉、いんげん、 人参、こんにゃく、かぼち や、枝豆、レーズン、ワカ メ、青ネギ、パイン缶	クリームパン 保育ミルク	30 (水)	沖縄そば 野菜のナムル 果物	沖縄そば、豚肉、だし骨、か まぼこ、青ネギ、 もやし、胡瓜、人参、ごま 玉葱、ごま、バナナ	きのこご飯 保育ミルク
16 (水)	冷やし中華 じゃが芋甘辛煮 果物	中華めん、ハム、きゅうり、 椎茸、もやし、卵 ジャガイモ、玉葱、 ポーク缶、バナナ	塩おにぎり 小魚佃煮 保育ミルク	31 (木)	セーフアン ポテマカサラダ 果物	米、鶏ささみ、からし菜 卵、椎茸、タケノコ、人参、 ハム、マカロニ、ポテト きゅうり、玉葱、オレンジ	サーター アンダギー 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。