

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
2 (月)	麻婆茄子丼 白菜浅漬け みそ汁、果物	ご飯、ナス、豚ひき肉 ピーマン、長ネギ、白菜、 胡瓜、人参、ワカメ、 絹ごし豆腐、りんご	ごま菓子 保育ミルク	18 (水)	焼うどん 胡瓜しらす和え みそ汁、果物	うどん、豚肉、白菜、 人参、長ネギ、シメジ 胡瓜、水菜、しらす 冬瓜、油揚げ、みかん	おにぎり 保育ミルク
3 (火)	ご飯、納豆 彩り卵 豚汁、果物	米、納豆、長ネギ、しらす 卵、パセリ、ヒジキ、 豚肉、人参、大根、白菜 ごぼう、シメジ、里芋、梨	かりんとう 保育ミルク	19 (木)	ふりかけご飯 沖縄風煮つけ わかめツナ和え みそ汁	米、ふりかけ、豚肉、大 根、人参、昆布、こんに ゃく、わかめ、胡瓜、玉 葱、ツナ缶、大根、 油揚げ、梨	ぜんざい 保育ミルク
4 (水)	シーフード スパゲティ ビーンズサラダ スープ、果物	スパゲティ、イカ、むき海 老、玉葱、人参、パセリ、 トマト、じゃが芋、枝豆、 グリーンピース、金時豆、 キャベツ、シメジ、バナナ	おにぎり 保育ミルク	20 (金)	ご飯 うじら豆腐 切干大根煮びたし みそ汁、果物	米、魚すり身、豆腐、 枝豆、きくらげ、人参 切干大根、刻み昆布 油揚げ、小松菜、シメジ 桃缶	菓子パン 保育ミルク
5 木	ご飯 白身魚あんかけ 大根塩昆布和え そうめん汁、果物	米、白身魚、玉葱、人参 パプリカ、大根、胡瓜、 塩昆布、そうめん、青ネギ、 オレンジ	みかん寒天 菓子 保育ミルク	21 (土)	チャーハン 味噌汁 果物	米、ハム、卵、玉葱 人参、ピーマン、 豆腐、青ネギ、バナナ	菓子、チーズ 保育ミルク
6 (金)	ご飯 豚肉生姜焼き もやしツナ和え みそ汁 果物	米、豚肉、玉葱、人参 ピーマン、生姜、もやし、 胡瓜、ツナ缶、豆腐、 長ネギ、リンゴ	ラスク 保育ミルク	23 (月)	梅ごはん 野菜の肉巻 かぼちゃサラダ みそ汁、果物	米、梅 豚肉、いんげん、人参 フライドポテト、かぼちゃ 枝豆、レーズン 白菜、豆腐、リンゴ	バナナ ヨーグルト 保育ミルク
7 土	第39回 うんどう会			24 (火)	ビーフストロガノフ 野菜サラダ スープ、果物	米、牛肉、玉葱、シメジ デミソース、生クリーム キャベツ、胡瓜、レタス トマト、ワカメ、ハンペン オレンジ	大学いも 保育ミルク
10 (火)	カレーライス ブロッコリーと茹 卵のサラダ スープ、果物	米、豚肉、ポテト、人参 玉ねぎ、ナス、卵 ブロッコリー、キャベツ、 ベーコン、リンゴ	フルーツケーキ 保育ミルク	25 (水)	野菜そば 中華サラダ 果物	沖縄そば、豚肉、人参 かまぼこ、キャベツ、ニラ 春雨、胡瓜、もやし、 ハム、ごま、バナナ	きのこ飯 保育ミルク
11 (水)	おべんとう会			26 (木)	ご飯 ワカサギマリネ ひじき炒め みそ汁、果物	米、ワカサギ、玉葱 パプリカ、ヒジキ、人参 ニラ、大豆、竹輪 長芋、長ネギ、柿	アイスクリーム in 玄米フレーク 保育ミルク
12 (木)	あんかけ焼きそば 煮豆 清まし汁、果物	中華麺、豚肉、むき海老 白菜、人参、竹の子、 きくらげ、金時豆 花麩、みつ葉、パン缶	おかかおにぎ り 保育ミルク	27 (金)	お誕生会メニュー		
13 (金)	さつま芋ご飯 鯖ごま焼 野菜チャンプルー ゆし豆腐、果物	米、さつま芋 鯖、ごま、豚肉、玉葱 キャベツ、人参、にら ゆし豆腐、青ネギ オレンジ	スコーン 保育ミルク	28 土	もずく丼 清まし汁 果物	米、もずく、豚挽肉 人参、いんげん、コーン 豆腐、ワカメ、青ネギ バナナ	枝豆、菓子 保育ミルク
14 (土)	トースト 野菜スープ 果物	食パン、マーガリン ベーコン、玉葱、トマト ポテト、セロリ、コーン 人参、マカロニ、バナナ	菓子、ゼリー 保育ミルク	30 (月)	ガーリックライス クリームシチュー ピーマンきのこソテ ー、果物	米、ガーリックマーガリン 鶏肉、じゃが芋、人参、 玉葱、ブロッコリー、 ピーマン、シメジ、エリ ンギ、ウィンナー、リンゴ	パンプディング 保育ミルク
16 (月)	ご飯 レパニラ炒め もずく酢 みそ汁、果物	米、豚レバー、にら、 もやし、人参 もずく、胡瓜、ちくわ 小松菜、ポテト、リンゴ	ふかし芋 保育ミルク	31 (火)	セーフアン ごぼうサラダ 果物	米、鶏ささ身、からし菜 人参、椎茸、卵 ごぼう、胡瓜、枝豆 ゴマ、みかん	ジャムサンド 保育ミルク
17 (火)	ふりかけご飯 煮卵 野菜炒め すまし汁、果物	米、ふりかけ、卵 かまぼこ、キャベツ、 人参、ピーマン、シメジ エリンギ、大根、 ハンペン、柿	マドレーヌ 保育ミルク	誕 生 会	ちらし寿司 チキングリル焼き 生野菜サラダ 貝汁、果物	米、人参、椎茸、蓮根 しらす、卵 鶏手羽元、レタス 胡瓜、キャベツ、トマト あさり、青ネギ、桃缶	誕生ケーキ 保育ミルク