

予定献立表

	献立名	材料名	おやつ		献立名	材料名	おやつ
1 (月)	ハヤシライス わかめサラダ キャベツスープ、 果物	米、豚肉、玉葱、シメジ マッシュルーム、トマト わかめ、胡瓜、大根、ごま カニかまぼこ、キャベツ リンゴ	くずもち 保育ミルク	17 (水)	野菜うどん ごぼうサラダ 果物	うどん、豚肉、キャベツ 玉ねぎ、人参、もやし、ネ ギ、ごぼう、胡瓜、ごま、 マヨネーズ、バナナ	クラッカー チーズ 保育ミルク
2 (火)	栗ご飯 鶏手羽元の煮物 みそ汁、果物	米、栗、さつまい、黒ゴマ 鶏手羽元、冬瓜、厚揚げ 白菜、長ネギ リンゴ	ビスコッ 保育ミルク	18 (木)	カレーライス ヨーグルトサラダ、 スープ	米、豚肉、玉ねぎ、ポテト、 人参、ヨーグルト 桃仔、バナナ、パイン缶 ワカメ、ネギ、	ジャムサンド 保育ミルク
3 (水)	ミートスパゲティ 生野菜サラダ スープ、果物	スパゲティ、豚挽肉、玉葱、 しめじ、人参、トマト レタス、胡瓜、キャベツ コーン缶、白菜、ベーコン、 バナナ	鮭おにぎり 保育ミルク	19 (金)	ごはん 小魚から揚げ 野菜炒め みそ汁、果物	米、黒米、きびなど、 かまぼこ、キャベツ、もやし 玉ねぎ、人参、いんげん、 冬瓜、油あげ、リンゴ	ベーカド ポテト 保育ミルク
4 (木)	ふりかけごはん 千切りイリチー モズク酢 みそ汁、果物	米、ふりかけ、豚肉、千切 り大根、こんにゃく、昆布 かまぼこ、もずく、 胡瓜、豆腐、ネギ、リンゴ	フルーツ ポンチ 保育ミルク	20 (土)	トースト クリームシチュー 果物	食パン、マーガリン 鶏肉、玉葱、人参、ポテト ブロッコリー、生クリーム バナナ	枝豆、チーズ 保育ミルク
5 (金)	ごはん 鯖の南蛮漬け 野菜炒め 清し汁、果物	米、鯖、玉ねぎ、パプリカ キャベツ、もやし、にら、 人参、豆腐、そうめん、 青ネギ、パイン缶	リンゴケーキ 保育ミルク	22 (月)	きのこごはん けんちん汁 胡瓜梅和え 果物	米、椎茸、シメジ、舞茸 人参、油揚げ、みつ葉 豚肉、大根、白菜、ゴボウ、 こんにゃく、長ネギ きゅうり、梅、リンゴ	フルーツ in パンパディング 保育ミルク
6 (土)	もずくジュシー 胡瓜ツナ和え 果物	米、豚肉、もずく 人参、山東菜、大根、卵 胡瓜、玉ねぎ、ツナ缶 バナナ	菓子、ゼリー 保育ミルク	23 (火)	ごはん 豆腐ハンバーグ グリーンサラダ スープ、果物	米、豚挽肉、豆腐、玉ねぎ、 パン粉、大根、胡瓜、レタ ス、コーン缶、ミニトマト、 わかめ、油あげ、リンゴ	ツナサンド 保育ミルク
9 (火)	ごはん、肉じゃが わかめツナ和え 清まし汁、果物	米、豚肉、ポテト、玉ねぎ、 しらたき、人参、いんげん わかめ、胡瓜、ツナ缶 花魁、カイワレ、リンゴ	サーター アンダギー 保育ミルク	24 (水)	沖縄そば 野菜しらす和え 果物	沖縄そば、豚だし骨、豚肉 かまぼこ、青ネギ、 キャベツ、胡瓜、人参 しらすばし、バナナ	梅おにぎり 保育ミルク
10 (水)	あんかけ焼きそば 煮卵 清し汁、果物	中華麺、豚肉、人参、白菜 きくらげ、たけのこ、イカ 卵 豆腐、長ネギ、バナナ	みそおにぎり 保育ミルク	25 (木)	ごはん ひじき炒め 大根サラダ みそ汁	米、黒米、ひじき、油揚げ、 人参、ちくわ、いんげん、 大根、枝豆、ツナ缶、マヨ ネーズ、小松菜、じゃが芋、 柿	アイスクリーム in 玄米フレーク 保育ミルク
11 (木)	おべんとう会		あんぱん 保育ミルク	26 (金)	ちらし寿司 鶏から揚げ サラダ、潮汁 果物	米、人参、タケノコ、椎茸、 大葉、しらす、ごま、卵、 鶏もも肉、胡瓜、レタス、 トマト、キャベツ、ネギ、 あさり、ミカン	誕生ケーキ 保育ミルク
12 (金)	ごはん ニラレバ炒め 春雨サラダ みそ汁、果物	米、豚レバー、ニラ、 もやし、ピーマン、春雨、 人参、ごま、きゅうり、 豆腐、ネギ、わかめ、 オレンジ	スイートポテ ト 保育ミルク	27 (土)	卵サンド 野菜スープ 果物	食パン、卵、玉ねぎ キャベツ、セロリ、人参、 ゴボウ、ベーコン バナナ	果物、菓子 保育ミルク
13 (土)	炒飯 胡瓜しらす和え みそ汁、果物	米、ハム、玉葱、人参 ピーマン、卵、きゅうり しらすばし、 小松菜、油揚げ、バナナ	菓子、チーズ 保育ミルク	29 (月)	麻婆豆腐丼 大根和え、 春雨スープ、 果物	米、豚ひき肉、豆腐、長ネ ギ、大根、ツナ缶、春雨、 白菜、カニかまぼこ、人参、 青ネギ、ごま、みかん	みかんゼリー せんべい 保育ミルク
15 (月)	ごはん 酢豚 野菜浅漬け 清まし汁、果物	米、豚肉、玉葱、ピーマン 人参、たけのこ、パプリカ 白菜、きゅうり そうめん、青ネギ、みかん	ちんびん 保育ミルク	30 (火)	ごはん ウズラ豆腐 パパイヤイリチー みそ汁、果物	米、黒米 魚すり身、豆腐、人参、き くらげ、パパイヤ、ニラ、 ツナ缶、じゃが芋 玉ねぎ、柿	チーズラスク 保育ミルク
16 (火)	ごはん 納豆、大根炒め ゆし豆腐 果物	米、黒米、納豆、しらす、 長ネギ、大根、かまぼこ、 切こんにゃく、 ゆし豆腐、青ネギ、リンゴ	ぜんざい 保育ミルク	31 (水)	ラーメン さつまいサラダ、 果物	中華麺、焼き豚、鳴門巻、 長ネギ、もやし、コーン缶 さつまい、ヒジキ、 カニかまぼこ、バナナ	青菜おにぎり 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。