





月	火	水	木	金	土
			1	2	3
		(午前おやつ) (献立)	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース
アレルギーの子については代替食で対応しています。 例. 卵→タンパク質を含む肉や魚など 麺類→春雨やビーフンなどの類似品			厚揚げのケチャップ炒め レンコンのゴママヨ和え 油揚げの味噌汁 フルーツ	新じゃがと豚肉の甘辛煮 カニマヨサラダ ねぎとわかめの味噌汁 フルーツ	シーフードシチュー 白菜サラダ チーズ フルーツ
	ひよこ・ちゅうりっぷ たんぼぼ組は 午前のおやつに ジュースが出ます。	(主な食材)	厚揚げ ウインナー しいたけ 玉ねぎ レンコン 人参 ごぼう 油揚げ 大根 わかめ	豚肉 じゃがいも 人参 細さや カニカマ マカロニ きゅうり ハム ねぎ わかめ 豆腐	シーフード じゃがいも 人参 玉ねぎ 白菜 きゅうり チーズ
		(午後おやつ)	ホットケーキ 牛乳	シュークリーム 牛乳	フルーツ杏仁 牛乳
5	6	7	8	9	10
ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース
トマトクリームパスタ 里芋のバター味噌煮 白菜とベーコンのスープ フルーツ	とんカツ 千切りキャベツ 小松菜とひじきのサラダ とろろ汁 フルーツ	鶏汁 きゅうりのたらこ和え 小女子の佃煮 フルーツ	さばの味噌煮 ほうれん草のしらす和え きんぴらごぼう 中華スープ フルーツ	ピーマンの肉詰め にんじんのグラッセ ジャーマンポテト 麩としめじの味噌汁 フルーツ	他人丼 さつまいもサラダ もやしと油揚げの味噌汁 フルーツ
ウインナー エリンギ 玉ねぎ ブロッコリー 里芋 しめじ 白菜 ベーコン	豚肉 キャベツ 小松菜 ひじき 人参 枝豆 とろろ昆布 豆腐	鶏肉 豆腐 ねぎ 人参 白菜 ごぼう しらすき まいたけ きゅうり たらこ	さば ほうれん草 しらす ごぼう 人参 さつまいも わかめ 卵 ねぎ	ピーマン ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも ベーコン 麩 しめじ 豆腐	豚肉 卵 しいたけ 玉ねぎ さつまいも きゅうり ハム もやし 油揚げ 豆腐
バナナサンド 牛乳	ほうれん草ケーキ 牛乳	パン 牛乳	おいなり 牛乳	クッキー 牛乳	ロールケーキ スポン
12	13	14	15	16	17
ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	牛乳	ぶどうジュース	りんごジュース
肉味噌ラーメン きのこのガーリックソテー 煮卵 フルーツ	豆腐の中華煮 切干大根のサラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	とりマヨ オクラと長芋の和え物 キャベツの味噌汁 フルーツ	豚肉の生姜焼き ブロッコリー ビーフン ほうれん草の味噌汁 フルーツ	さわらの竜田揚げ トマト キャベツのソテー 板ふの味噌汁 フルーツ	エッグカレー ほうれん草の和え物 チーズ フルーツ
ひき肉 メンマ もやし しいたけ エリンギ まいたけ ブロッコリー 卵	豚肉 豆腐 白菜 きくらげ 切干大根 ツナ のり 玉ねぎ しいたけ わかめ	鶏肉 玉ねぎ パプリカ レタス オクラ 長芋 キャベツ 油揚げ 豆腐	豚肉 ブロッコリー 人参 えび キャベツ 玉ねぎ ほうれん草 油揚げ 豆腐	さわら トマト ピーマン キャベツ ベーコン コーン 板ふ 豆腐 玉ねぎ	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 卵 ほうれん草 小松菜 のり チーズ
芋けんぴ 牛乳	水ようかん 牛乳	パン 牛乳	ヨーグルト ジュース	ゆで卵 牛乳	ツナサンド 牛乳
19	20	21	22	23	24
野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース
とろろどん タコきゅうり和え しそ昆布 フルーツ	鶏と根菜のゴマ味噌煮 白和え じゃがニラスープ フルーツ	鮭のかつお梅焼き ほうれん草のひじき和え マカロニサラダ えのきの味噌汁 フルーツ	枝豆とじゃこ取 ポテトコロッケ アスパラのベーコン巻き サラダ 漬け物 すまし汁 フルーツ	ラタトゥイユ イカの酢味噌和え しじみ汁 フルーツ	八宝菜 ピーマンのきんぴら じゃがいもの味噌汁 フルーツ
鶏肉 とろろ昆布 かまぼこ ほうれん草 たこ きゅうり しそ昆布	鶏肉 ごぼう 大根 しいたけ 豆腐 ほうれん草 人参 しめじ じゃがいも ニラ	鮭 梅 ほうれん草 ひじき マカロニ きゅうり 人参 えのき 豆腐 わかめ	枝豆 じゃこ 梅 じゃがいも コーン アスパラ ベーコン レタス きゅうり 大根 ふ	ひき肉 玉ねぎ パプリカ トマト キャベツ きゅうり いか 人参 しじみ 大葉	白菜 豚肉 なると きくらげ ピーマン エリンギ コーン じゃがいも キャベツ 豆腐
ベーコンの蒸しパン 牛乳	パバロア 牛乳	パン 牛乳	ケーキ 牛乳	ホットドッグ 牛乳	フルーツ 野菜ジュース
26	27	28	29	30	
野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	昭和の日	野菜ジュース	
かき揚げそうめん ほうれん草のソテー 煮豆 フルーツ	ししゃもの天ぷら 磯辺揚げ かぼちゃサラダ かきたま汁 フルーツ	チンジャオロース もやしの酢の物 豆乳の味噌汁 フルーツ		炒り鶏 里芋のチーズ焼き もやしとニラの味噌汁 フルーツ	
天ぷら 鶏肉 かまぼこ わかめ ほうれん草 キャベツ コーン ベーコン 煮豆	ししゃも ちくわ かぼちゃ きゅうり ハム カニカマ 卵 ニラ	豚肉 ピーマン たけのこ もやし キャベツ きゅうり かぶ しめじ 豆腐		鶏肉 レンコン ごぼう 人参 こんにゃく 里芋 しめじ もやし ニラ 豆腐	
今川焼き 牛乳	ゼリー 牛乳	パン 牛乳		ジャムマーガリンサンド 牛乳	