



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|--|--|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| りんごジュース | 野菜ジュース | | | | ぶどうジュース |
| トマトクリームパスタ レタスとのりのサラダ もやし味噌汁 フルーツ | ししゃものカレー天ぷら ちくわのチーズ揚げ もずく酢サラダ 玉ねぎ味噌汁 フルーツ | 憲法記念日 | みどりの日 | こどもの日 | シーフードシチュー ブロッコリーサラダ チーズ フルーツ |
| ウインナー エリンギ 玉ねぎ レタス きゅうり 人参 ハム もやし 油揚げ 豆腐 | ししゃも ちくわ チーズ もずく レタス きゅうり 玉ねぎ しいたけ 豆腐 | | | | シーフード 玉ねぎ 人参 じゃがいも ブロッコリー レタス きゅうり ハム |
| ゼリー 牛乳 | パン 牛乳 | | | | 原宿ドッグ 牛乳 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 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 | ぶどうジュース |
| 味噌カレーラーメン レンコンとちくわのきんぴら 小女子の佃煮 フルーツ | 栗と鶏肉の中華煮 コーンサラダ 白菜味噌汁 フルーツ | 豚肉のねぎ塩焼き 干切りキャベツ なす味噌炒め もやしスープ フルーツ | 鶏つくね いかの酢の物 しいたけ味噌汁 フルーツ | さんまのフライ いんげんのごまヨ和え 具だくさん汁 フルーツ | 八宝菜 かぼちゃ煮 ふのり味噌汁 フルーツ |
| チャーシュー メンマ コーン ほうれん草 レンコン ちくわ さつま揚げ 人参 小女子の佃煮 | 鶏肉 栗 ピーマン 玉ねぎ コーン きゅうり レタス ハム 白菜 油揚げ 豆腐 | 豚肉 ねぎ キャベツ なす 人参 しめじ 玉ねぎ もやし なたと 卵 | 鶏ひき肉 玉ねぎ ねぎ いか キャベツ きゅうり 人参 しいたけ 豆腐 わかめ | さんま 青じそ 梅干し いんげん しめじ 人参 キャベツ 豆腐 玉ねぎ 油揚げ | 豚肉 なたと 人参 きくらげ たけのこ 白菜 かぼちゃ ひき肉 ふのり 豆腐 ねぎ |
| どら焼き 牛乳 | パン 牛乳 | バナナケーキ 牛乳 | ポテトフライ 牛乳 | ヨーグルト ジュース | フレンチトースト 牛乳 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 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 | ぶどうジュース |
| たらこ焼きそば ひじきの炒め物 なめこ汁 フルーツ | 厚揚げの野菜炒め パンパンジー風サラダ かきたま汁 フルーツ | フライドチキン トマト 切干大根煮 ほうれん草味噌汁 フルーツ | さば味噌煮 ほうれん草のゴマ和え 春雨中華サラダ 野菜スープ フルーツ | 回鍋肉風炒め ほうれん草のおろし和え コンソメスープ フルーツ | キーマカレー きゅうりのツナ和え チーズ フルーツ |
| 豚肉 たらこ キャベツ たけのこ 人参 さつま揚げ なめこ 豆腐 ねぎ | 厚揚げ キャベツ 人参 玉ねぎ 鶏ささ身 きゅうり レタス カニカマ 卵 えのき | 手羽元 トマト しいたけ 切干大根 人参 さつま揚げ ほうれん草 油揚げ 豆腐 | さば ほうれん草 油揚げ クラゲ きゅうり レタス 人参 キャベツ 玉ねぎ しいたけ | 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 しらす干し 大根 じゃがいも ベーコン わかめ | ひき肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 きゅうり ツナ レタス ブロッコリー チーズ |
| パウムクーハン 牛乳 | パン 牛乳 | スコーン 牛乳 | おにぎり 牛乳 | あんロール 牛乳 | 芋けんぴ スポロン |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 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 | ぶどうジュース |
| おろしうどん じゃがいもの干切炒め しそ昆布 フルーツ | 豚肉とアスパラの炒め物 レンコンのツナ煮 豆乳味噌汁 フルーツ | 鮭の梅味噌焼き ブロッコリー エリンギの炒め物 チンゲン菜スープ フルーツ | たけのこご飯 カニクリームコロッケ タンドリーチキン サラダ 漬け物 すまし汁 フルーツ | 麻婆豆腐 レタスサラダ しいたけスープ フルーツ | ニラ玉丼 春雨サラダ なす味噌汁 フルーツ |
| 豚肉 大根 ねぎ かまぼこ じゃがいも ベーコン 人参 いんげん しそ昆布 | 豚肉 アスパラ キャベツ レンコン ツナ 人参 豆腐 油揚げ しめじ | 鮭 梅干し ブロッコリー エリンギ ピーマン 人参 チンゲン菜 春雨 ねぎ | たけのこ 人参 カニ 玉ねぎ コーン 手羽元 きゅうり 大根 しいたけ 三つ葉 | ひき肉 豆腐 玉ねぎ 人参 レタス ブロッコリー ハム しいたけ わかめ ねぎ | ニラ 卵 鶏肉 たけのこ きゅうり レタス 人参 ハム なす 豆腐 わかめ |
| チーズケーキ 牛乳 | パン 牛乳 | クッキー 牛乳 | ケーキ 牛乳 | スティックメロンパン 牛乳 | ブルーチェ 野菜ジュース |
| 29 | 30 | 31 | | | |
| りんごジュース | 野菜ジュース | ぶどうジュース | (午前おやつ) (献立) | | |
| 天ぷらそば ピーマンとしらす炒め 煮豆 フルーツ | エビマヨ きゅうりとちくわの梅和え 大根味噌汁 フルーツ | 照り焼きチキン トマト カレー風味ポテトサラダ キャベツ味噌汁 フルーツ | | | 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 |
| 天ぷら 鶏肉 かまぼこ ねぎ ピーマン しらす干し 人参 キャベツ 煮豆 | えび 玉ねぎ パプリカ レタス きゅうり ちくわ 梅干し 大根 小松菜 豆腐 | 鶏肉 トマト ハム 卵 じゃがいも 人参 きゅうり キャベツ 油揚げ 豆腐 | (主な食材) | 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。 | |
| ビスケット 牛乳 | パン 牛乳 | スープパグティ 牛乳 | (午後おやつ) | | |