



月	火	水	木	金	土
			1	2	3
		(午前おやつ) (献立)	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース
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	ひよこ・ちゅうりっぷたんぽぽ組は午前のおやつにジュースが出ます。	(主な食材)	ホッケの煮付け ほうれん草の納豆和え トマトサラダ もやしと油揚げの味噌汁 フルーツ	豚肉の味噌噌炒め スティックサラダ えびのスープ フルーツ	ウインナーシチュー キャベツの酢の物 チーズ フルーツ
		(午後おやつ)	チキンサンド 牛乳	揚げ芋 牛乳	するめ 牛乳
5	6	7	8	9	10
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
カルボナーラ きゅうりの梅和え かぶの味噌汁 フルーツ	赤魚の醤油マヨ焼き チンゲン菜のゴマ和え 五目豆煮 高野豆腐の味噌汁 フルーツ	豚肉の野菜巻き セロリサラダ 菊の味噌汁 フルーツ	カレーピラフ チキンカツ ミートポテトパイ サラダ 漬物 すまし汁 フルーツ	レバニラ炒め 大根なます 長芋の味噌汁 フルーツ	マーボー卵丼 きゅうりの酢の物 ねぎスープ フルーツ
ベーコン 玉ねぎ マッシュルーム きゅうり 梅干し もやし かぶ 豆腐 わかめ	赤魚 チンゲン菜 油揚げ 鶏肉 大豆 しいたけ ごぼう 人参 高野豆腐 ほうれん草	豚肉 人参 いんげん セロリ きゅうり レタス 菊 豆腐 ねぎ	人参 コーン 鶏肉 玉ねぎ じゃがいも ひき肉 レタス きゅうり しいたけ 三つ葉	レバー 玉ねぎ キャベツ ニラ 大根 人参 長芋 豆腐 油揚げ	ひき肉 玉ねぎ 豆腐 卵 きゅうり キャベツ 人参 ねぎ わかめ たけのこ
たこ焼き 牛乳	パン 牛乳	ビスケット 牛乳	ケーキ 牛乳	卵サンド 牛乳	ベルギーワッフル スボロン
12	13	14	15	16	17
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
ちゃんぽん風ラーメン エリンギの味噌マヨ炒め しそ昆布 フルーツ	豚肉の生姜焼き 干切りキャベツ 海藻サラダ とろろ汁 フルーツ	カレイのフライ トマト コールスローサラダ 麩としめじの味噌汁 フルーツ	チンジャオロース 長芋の梅肉和え 小松菜の味噌汁 フルーツ	いが蒸し トマト ポパイサラダ 切干大根の味噌汁 フルーツ	ベーコンカレー じゃこサラダ チーズ フルーツ
豚肉 きくらげ なんと もやし エリンギ ブロッコリー 人参 キャベツ しそ昆布	豚肉 キャベツ 海藻ミックス レタス きゅうり 人参 とろろ昆布 じゃがいも 豆腐	カレイ トマト ハム キャベツ きゅうり 人参 麩 しめじ 豆腐	豚肉 ビーマン たけのこ パプリカ 長芋 梅干し 小松菜 もやし 豆腐	ひき肉 玉ねぎ トマト ほうれん草 きゅうり もやし 切干大根 人参 豆腐 ねぎ	ベーコン 玉ねぎ コーン じゃがいも きゅうり 人参 しらす干し レタス チーズ
クラッカー 牛乳	パン 牛乳	おいなり 牛乳	ヨーグルト ジュース	マヨコーントースト 牛乳	ベビーカステラ 牛乳
19	20	21	22	23	24
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
そうめん なすの味噌炒め 小女子の佃煮 フルーツ	串カツ 大根サラダ わかめの味噌汁 フルーツ	鶏肉の塩麹焼き トマト ミモザサラダ たけのこの味噌汁 フルーツ	ハッシュドミートボール カニカマの酢の物 おぐらの味噌汁 フルーツ	たらのカレームニエル 粉ふき芋 みかんサラダ ねぎとわかめの味噌汁 フルーツ	他人丼 ほうれん草のナムル 油揚げの味噌汁 フルーツ
鶏肉 かまぼこ ほうれん草 なす 人参 しめじ 玉ねぎ 小女子の佃煮	豚肉 ねぎ 大根 きゅうり 人参 ツナ わかめ 油揚げ 豆腐	鶏肉 トマト 人参 卵 きゅうり ブロッコリー たけのこ 豆腐 わかめ	ひき肉 玉ねぎ パプリカ カニカマ きゅうり キャベツ 人参 おくら 卵	たら じゃがいも みかん レタス きゅうり 春雨 人参 ねぎ わかめ 豆腐	豚肉 玉ねぎ しいたけ 卵 ほうれん草 もやし たくあん 油揚げ 豆腐 わかめ
ホットケーキ 牛乳	ゼリー 牛乳	パン 牛乳	ピザぎょうざ 牛乳	にんじんケーキ 牛乳	今川焼き 野菜ジュース
26	27	28	29	30	
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	
焼きうどん えびとアスパラの炒り卵 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	長芋と鶏肉の甘辛煮 チンゲン菜のじゃこ炒め 豆腐の味噌汁 フルーツ	揚げ出し豆腐 ほうれん草のベーコン炒め もずくスープ フルーツ	鮭の味噌マヨ焼き ブロッコリー ところんサラダ しめじと卵のスープ フルーツ	豚チリ サイコロサラダ チンゲン菜の味噌汁 フルーツ	
豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 えび アスパラ 卵 ほうれん草 油揚げ 豆腐	長芋 鶏肉 人参 いんげん チンゲン菜 しらす干し はんぺん 豆腐 わかめ ねぎ	豆腐 ひき肉 人参 えのき ほうれん草 ベーコン コーン もずく 三つ葉 わかめ	鮭 ブロッコリー 人参 ところん きゅうり レタス しめじ 卵 わかめ	豚肉 いんげん 玉ねぎ ねぎ じゃがいも 人参 きゅうり チンゲン菜 油揚げ 豆腐	
蒸しケーキ 牛乳	パン 牛乳	ミルクレープ 牛乳	せんべい 牛乳	シュークリーム 牛乳	

