



月	火	水	木	金	土
				1	2
			(午前おやつ)	りんごジュース	野菜ジュース
(献立) 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 種類→春雨やビーフンなどの類似品			(献立)	ホッケの煮付け ほうれん草の納豆和え もやしのカレー炒め わかめの味噌汁 フルーツ	とろろそば しらす炒め 煮豆 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)	ホッケ ほうれん草 納豆 もやし 人参 ビーマン わかめ 豆腐 油揚げ	鶏肉 かまぼこ とろろ昆布 しらす干し キャベツ 人参 はんぺん 煮豆
			(午後おやつ)	かぼちゃケーキ 牛乳	スティックメロンパン 牛乳
4	5	6	7	8	9
	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
振替休日	他人丼 トマトのじゃこ和え かぶの味噌汁 フルーツ	鶏じゃが 切干大根のサラダ おぐらの味噌汁 フルーツ	さばの竜田揚げ 大根おろし 昆布の煮付け さつまいもの味噌汁 フルーツ	しゅうまい トマト もやしと卵の甘酢炒め チンゲン菜の味噌汁 フルーツ	とんこつラーメン レンコンのゴママヨ和え しそ昆布 フルーツ
	豚肉 玉ねぎ しいたけ 卵 トマト しらす干し きゅうり 人参 かぶ 豆腐 わかめ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ キャベツ 人参 切干大根 ツナ おくら 卵	さば 大根 すき昆布 さつま揚げ しいたけ 人参 さつまいも 豆腐 わかめ	ひき肉 玉ねぎ トマト もやし 卵 人参 しめじ チンゲン菜 油揚げ 豆腐	チャーシュー メンマ ねぎ ほうれん草 レンコン 人参 ごぼう しそ昆布
	栗きんとん 牛乳	アップルパイ 牛乳	パン 牛乳	おこわ 牛乳	焼きドーナツ スポロン
11	12	13	14	15	16
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
キーマカレー カニカマの酢の物 チーズ フルーツ	グラタン いかと大根の煮物 板心の味噌汁 フルーツ	ししゃもの天ぷら 磯辺揚げ ベーコンと長芋の炒め物 キャベツの味噌汁 フルーツ	チンジャオロース カニと大根のサラダ さもだし汁 フルーツ	おでん じゃがいものチーズ焼き ほうれん草の味噌汁 フルーツ	たらこスパゲティ ほうれん草の和え物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ
ひき肉 じゃがいも ビーマン 人参 カニカマ キャベツ きゅうり もやし チーズ	ウインナー かぼちゃ 玉ねぎ いか 大根 人参 板ふ 豆腐 わかめ	ししゃも ちくわ ベーコン 長芋 玉ねぎ キャベツ 豆腐 油揚げ	豚肉 ビーマン たけのこ カニ 大根 きゅうり 人参 さもだし 豆腐 わかめ	大根 卵 人参 こんにやく じゃがいも 鶏肉 ほうれん草 油揚げ 豆腐	たらこ えび しめじ ほうれん草 きゅうり 人参 玉ねぎ 豆腐 しいたけ
クレープ 牛乳	チュロス 牛乳	パン 牛乳	ヨーグルト ジュース	シュガーラスク 牛乳	ピザ餃子 牛乳
18	19	20	21	22	23
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	
かに玉丼 さつまいもの甘辛煮 貝だくさん汁 フルーツ	鶏汁 タラモサラダ ウインナー フルーツ	赤魚のクリーム煮 小松菜のゴマ和え 焼きビーフン しいたけの味噌汁 フルーツ	カレーチャーハン イカメンチ ミートポテトパイ サラダ 漬け物 すまし汁 フルーツ	あんかけ焼きそば ごぼうサラダ えのきの味噌汁 フルーツ	勤労感謝の日
カニカマ 玉ねぎ しいたけ 卵 さつまいも レンコン 鶏肉 キャベツ 豆腐 油揚げ	鶏肉 ごぼう キャベツ 人参 豆腐 じゃがいも きゅうり たらこ ハム ウインナー	赤魚 小松菜 油揚げ キャベツ 玉ねぎ 人参 しいたけ 豆腐 わかめ	ウインナー ビーマン 人参 イカ 玉ねぎ キャベツ ひき肉 じゃがいも きゅうり レタス	シーフード きくらげ 白菜 ごぼう きゅうり 人参 えのき 豆腐 わかめ	
スイートポテト 牛乳	パン 牛乳	ビスケット 牛乳	ケーキ 牛乳	ヨーグルトムース ジュース	
25	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	
きのこシチュー ほうれん草のたらこ和え チーズ フルーツ	さわらの味噌煮 ブロッコリーのおかか和え みかんサラダ オニオンスープ フルーツ	チキンナゲット トマト 小松菜の納豆和え じゃがいもの味噌汁 フルーツ	すき焼き風炒め ふるふき大根 きのこスープ フルーツ	きつねうどん もやしのチーズ炒め 佃煮 フルーツ	お遊戯会
鶏肉 しめじ エリンギ 人参 玉ねぎ ほうれん草 たらこ きゅうり もやし チーズ	さわら ブロッコリー 人参 きゅうり 春雨 レタス 玉ねぎ えのき わかめ	ひき肉 豆腐 ツナ トマト 小松菜 納豆 大根 人参 じゃがいも キャベツ	豚肉 白菜 人参 春菊 ねぎ こんにやく 豆腐 大根 しめじ しいたけ 玉ねぎ	鶏肉 油揚げ かまぼこ もやし ベーコン ビーマン 人参 チーズ わかさぎ	パン バナナ りんごジュース
大学芋 牛乳	パン 牛乳	ゼリー 牛乳	ロールケーキ 牛乳	クリームプッセ 牛乳	