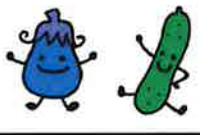




月	火	水	木	金	土
				1	2
			(午前おやつ) (献立)	りんごジュース	野菜ジュース
アレルギーの子に ついては代替食で 対応しています。 例. 卵→タンパク質を含む 肉や魚など 麺類→春雨やビーフン などの類似品	 ひよこ・ちゅうりっぷ たんぼぼ組は 午前のおやつに ジュースが出ます。			ミートスパゲティ ほうれん草の卵とし 油あげの味噌汁 フルーツ	豚バラ焼き風 五目豆腐 高野豆腐の味噌汁 フルーツ
			(主な食材)	ひき肉 玉ねぎ しいたけ ほうれん草 卵 ベーコン 油揚げ 豆腐 わかめ	豚バラ肉 玉ねぎ 人参 鶏肉 大豆 しいたけ ごぼう 高野豆腐 ほうれん草
			(午後おやつ)	ポップコーン カルピス	ホットケーキ 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	野菜ジュース
味噌ナス丼 じゃがいものバター炒め 春雨スープ フルーツ	冷しゃぶ 卵の甘酢炒め 豆腐の味噌汁 フルーツ	チキンカツ 千切キャベツ トマトのじゃこ和え わかめの味噌汁 フルーツ	たらの煮付け ブロッコリー マーボー春雨 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	冷やし中華 チンゲン菜のじゃこ炒め しそ昆布 フルーツ	照り焼きチキン トマト カニカマの酢の物 長芋の味噌汁 フルーツ
豚肉 なす パプリカ 玉ねぎ じゃがいも ベーコン 人参 春雨 しいたけ ねぎ	豚肉 レタス きゅうり 卵 人参 しめじ ハム 豆腐 わかめ 油揚げ	鶏肉 キャベツ トマト しらす干し きゅうり わかめ 豆腐 じゃがいも	たら ブロッコリー 春雨 ひき肉 白菜 人参 ほうれん草 豆腐 油揚げ	ハム きゅうり 卵 わかめ チンゲン菜 しらす干し 人参 しそ昆布	鶏肉 トマト カニカマ きゅうり キャベツ 人参 長芋 油揚げ 豆腐
おにぎり 牛乳	アイス 牛乳	パン 牛乳	ロールケーキ 牛乳	スティックメロンパン 牛乳	スコーン スポン
11	12	13	14	15	16
	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
山の日	ウインナーカレー めかぶサラダ チーズ フルーツ	煮しめ もやしのカレー炒め 卵スープ フルーツ	ぎょうざ トマト ごぼうのマヨ和え チンゲン菜の味噌汁 フルーツ	塩焼きそば ベーコンと長芋のソテー 菊の味噌汁 フルーツ	カレイのフライ トマト 豆サラダ 切干大根の味噌汁 フルーツ
	ウインナー じゃがいも 人参 玉ねぎ めかぶ きゅうり レタス チーズ	鶏肉 豆腐 わらび ふき もやし 人参 ベーコン 卵 えのき	ひき肉 白菜 ねぎ たけのこ ごぼう 人参 きゅうり チンゲン菜 油揚げ 豆腐	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ベーコン 長芋 菊 豆腐 わかめ	カレイ トマト 人参 ひよこ豆 きゅうり レタス 切干大根 豆腐 ねぎ
	ちぢみ 牛乳	パン 牛乳	ベルギーワッフル 牛乳	シフォンケーキ 牛乳	ブルーチェ ジュース
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	りんごジュース
中華丼 小松菜のゴマ和え 佃煮 フルーツ	手羽先の塩焼き トマト 昆布の煮付け かぶの味噌汁 フルーツ	ホッケの煮付け ほうれん草の納豆和え きのこのクリーム煮 さつまいもの味噌汁 フルーツ	だこめし クリームコロッケ かぼちゃの肉巻き サラダ 漬け物 ミネストローネ フルーツ	冷やしそば 小松菜の納豆和え 煮豆 フルーツ	肉団子の甘酢あん もやしとニラの炒め物 えのきの味噌汁 フルーツ
シーフード 白菜 きくらげ たけのこ なると 人参 小松菜 もやし 油揚げ	手羽先 トマト すき昆布 人参 さつま揚げ かぶ 豆腐 わかめ	ホッケ ほうれん草 納豆 しめじ エリンギ ブロッコリー さつまいも 豆腐 わかめ	たこ 枝豆 玉ねぎ ベーコン かぼちゃ 豚肉 レタス きゅうり 人参 じゃがいも	鶏ささ身 かまぼこ 麩 小松菜 納豆 きゅうり 人参 煮豆	ひき肉 玉ねぎ パプリカ もやし ニラ 人参 えのき 豆腐 わかめ
焼き肉コッペパン 牛乳	ヨーグルト ジュース	パン 牛乳	ケーキ 牛乳	パフェ 牛乳	フレンチトースト カルピス
25	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	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース
ハヤシライス きゅうりのたらこ和え チーズ フルーツ	さばの塩焼き ブロッコリー きのこのソテー モロヘイヤの味噌汁 フルーツ	イカ天 野菜のかき揚げ カニカマサラダ さもだし汁 フルーツ	鶏肉と夏野菜の炒め物 ポテトサラダ おぐらの味噌汁 フルーツ	焼きうどん 小松菜のおかか和え じゃがいもの味噌汁 フルーツ	ボークソテー トマト ほうれん草のベーコン炒め しいたけの味噌汁 フルーツ
豚肉 じゃがいも 玉ねぎ マッシュルーム 人参 きゅうり たらこ チーズ	さば ブロッコリー しめじ しいたけ ベーコン モロヘイヤ 豆腐 油揚げ	イカ 人参 玉ねぎ ごぼう カニカマ きゅうり レタス さもだし 豆腐 わかめ	鶏肉 パプリカ ズッキーニ じゃがいも きゅうり ハム 人参 おくら 卵	豚肉 キャベツ 人参 しいたけ 小松菜 きゅうり しめじ じゃがいも 豆腐 玉ねぎ	豚肉 トマト ほうれん草 ベーコン 人参 しいたけ 豆腐 わかめ
グラダントースト 牛乳	クリームプッセ 牛乳	パン 牛乳	ゼリー 牛乳	ココアケーキ 牛乳	揚げパン 牛乳