



月	火	水	木	金	土
31					1
ぶどうジュース				(午前おやつ) (献立)	ぶどうジュース
ベーコンシチュー もやしの酢の物 チーズ 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	ひよこ・ちゅうりつふ 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)	鶏肉の照り焼き トマト もやしソテー ほうれん草の味噌汁 フルーツ
ベーコン ジャがいも 人参 玉ねぎ もやし きゅうり キャベツ チーズ					鶏肉 トマト もやし 人参 ベーコン ピーマン ほうれん草 豆腐 油揚げ
シュガートースト 牛乳				(午後おやつ)	どら焼き 牛乳
3	4	5	6	7	8
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
あんかけ丼 ほうれん草のたらこ和え 佃煮 フルーツ	チンジャオロース カニマヨサラダ さもだし汁 フルーツ	からあげ ネギソースがけ いかの酢の物 おぐらの味噌汁 フルーツ	たらの香草焼き ほうれん草の納豆和え きんぴらごぼう さつまいもの味噌汁 フルーツ	冷やし中華 ジャーマンポテト しそ昆布 フルーツ	鶏つくね トマト 枝豆サラダ じゃがいもの味噌汁 フルーツ
豚肉 白菜 人参 ねぎ なると きくらげ たらこ ほうれん草 きゅうり	豚肉 ピーマン たけのこ カニカマ きゅうり 人参 さもだし 豆腐 わかめ	鶏肉 ねぎ いか きゅうり キャベツ おくら 卵	たら ほうれん草 納豆 ごぼう 人参 さつま揚げ さつまいも わかめ	ハム きゅうり 卵 じゃがいも ベーコン ピーマン 人参 しそ昆布	ひき肉 玉ねぎ トマト 枝豆 きゅうり ブロッコリー じゃがいも 豆腐 キャベツ
蒸しケーキ 牛乳	フルーツかん 牛乳	パン 牛乳	おにぎり 牛乳	原宿ドッグ 牛乳	おせんべい 牛乳
10	11	12	13	14	15
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
ハヤシライス 白菜サラダ チーズ フルーツ	山の日	ささみフライ トマト ところてんサラダ モロヘイヤの味噌汁 フルーツ	煮しめ きゅうりとちくわの梅和え えのきの味噌汁 フルーツ	シーフード焼きそば ブロッコリーサラダ もやしの味噌汁 フルーツ	さんまの梅しそ焼き ブロッコリー 切干大根煮 白菜の味噌汁 フルーツ
豚肉 じゃがいも 玉ねぎ マッシュルーム 白菜 きゅうり 人参 チーズ		鶏ささみ トマト ところてん きゅうり レタス モロヘイヤ 豆腐 油揚げ	鶏肉 ふき わらび 人参 ごぼう きゅうり ちくわ えのき 豆腐 わかめ	シーフード キャベツ 人参 ブロッコリー きゅうり もやし 豆腐 わかめ	さんま ブロッコリー 切干大根 しいたけ 人参 白菜 豆腐 油揚げ
にんじんケーキ 牛乳		パン 牛乳	ワッフル 牛乳	プリン 牛乳	アイス ジュース
17	18	19	20	21	22
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
他人丼 ふろふき大根 レタススープ フルーツ	タンドリーチキン トマト さつまいもサラダ キャベツの味噌汁 フルーツ	鮭の味噌マヨ焼き ほうれん草のごま和え エリンギの炒め物 なすとベーコンのスープ フルーツ	ピピンパ なすのはさみ揚げ ベーコンの野菜巻き サラダ 漬物 すまし汁 フルーツ	豆乳スパゲティ 野菜炒め 煮豆 フルーツ	冷しゃぶ ピーマンの炒め物 とろろ汁 フルーツ
豚肉 卵 玉ねぎ 三つ葉 しいたけ 大根 レタス えのき	鶏手羽元 トマト さつまいも きゅうり ハム キャベツ 豆腐 油揚げ	鮭 ほうれん草 油揚げ エリンギ じゃがいも 人参 なす ベーコン	豚肉 ほうれん草 人参 なす ひき肉 ベーコン きゅうり レタス しいたけ	ベーコン ブロッコリー キャベツ 玉ねぎ 人参 ウインナー 煮豆	豚肉 きゅうり レタス ピーマン なす 人参 とろろ昆布 じゃがいも
パフェ 牛乳	ポップコーン 牛乳	パン 牛乳	ケーキ 牛乳	グラタントースト 牛乳	ビスケット 牛乳
24	25	26	27	28	29
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
レバーカレー きゅうりの酢味噌和え チーズ フルーツ	カレイフライ トマト 夕顔の炒め物 チンゲン菜の味噌汁 フルーツ	鶏肉の甘辛煮 たこきゅうり和え しいたけの味噌汁 フルーツ	ピーマンの肉詰め トマト じゃがいもの千切炒め 板麩の味噌汁 フルーツ	焼きうどん 白和え ニラ玉スープ フルーツ	豚肉の野菜巻き もずく酢サラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ
レバー じゃがいも 人参 玉ねぎ きゅうり キャベツ カニカマ チーズ	カレイ トマト 夕顔 人参 さつま揚げ チンゲン菜 豆腐 油揚げ	鶏肉 長芋 いんげん 人参 たこ きゅうり しいたけ 豆腐 わかめ	ピーマン 玉ねぎ ひき肉 じゃがいも 人参 いんげん 板麩 豆腐 わかめ	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 豆腐 ほうれん草 しめじ 人参 ニラ 卵	豚肉 人参 いんげん もずく きゅうり レタス 玉ねぎ しいたけ 豆腐
ハムサンド 牛乳	ちぢみ 牛乳	パン 牛乳	ヨーグルト ジュース	ツチマヨピザ 牛乳	ブルーチェ スポン