



月	火	水	木	金	土
			1	2	3
		(午前おやつ) (献立)	ぶどうジュース	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組は午前のおやつにジュースが出ます。	(主な食材)	トンカツ 千切キャベツ セロリサラダ なめこ汁 フルーツ 豚肉 キャベツ 人参 セロリ ブロッコリー きゅうり なめこ 豆腐 ねぎ	味噌ラーメン 大根サラダ 煮卵 フルーツ チャーシュー メンマ ほうれん草 ねぎ 大根 きゅうり 人参 ツナ 卵	鶏肉の照り焼き トマト キャベツの酢の物 わかめの味噌汁 フルーツ 鶏肉 トマト キャベツ きゅうり 人参 豆腐 わかめ ねぎ
		(午後おやつ)	アイス 牛乳	いももち 牛乳	シュークリーム ジュース
5	6	7	8	9	10
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
中華丼 小松菜のおかか和え 昆布巻き フルーツ	鶏マヨ もやしの塩炒め さつまいもの味噌汁 フルーツ	ハッシュドミートボール ほうれん草のナムル かぶの味噌汁 フルーツ	エビチリ スティックサラダ 白菜の味噌汁 フルーツ	かき揚げそうめん きゅうりのサバ缶和え しそ昆布 フルーツ	たらほイル焼き めかぶサラダ とろろ汁 フルーツ
シーフード 白菜 なんと 人参 きくらげ しいたけ 小松菜 きゅうり 昆布	鶏肉 レタス 玉ねぎ もやし パーコン ピーマン 人参 さつまいも わかめ	ひき肉 玉ねぎ パプリカ ほうれん草 人参 たくあん かぶ 豆腐 わかめ	えび 玉ねぎ ねぎ きゅうり さつまいも 人参 白菜 豆腐 油揚げ	鶏肉 かまぼこ 麩 きゅうり ちくわ サバ缶 しそ昆布	たら 玉ねぎ しめじ めかぶ きゅうり レタス とろろ昆布 豆腐
りんごケーキ 牛乳	おにぎり 牛乳	パン 牛乳	ヨーグルト ジュース	栗のサンドイッチ 牛乳	シフォンケーキ 牛乳
12	13	14	15	16	17
	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
スポーツの日	バターチキンカレー きゅうりの酢の物 チーズ フルーツ	おでん かぼちゃのマヨチーズ焼き チンゲン菜の味噌汁 フルーツ	さんまの梅しそフライ サイコロサラダ さもだし汁 フルーツ	たらこスパゲティ 大根のそぼろ煮 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	豚肉の生姜焼き 千切キャベツ ほうれん草の卵とじ えのきの味噌汁 フルーツ
	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ もやし わかめ チーズ	大根 卵 ちくわ 人参 さつま揚げ かぼちゃ チンゲン菜 油揚げ 豆腐	さんま 梅干し 大葉 じゃがいも きゅうり 人参 さもだし 豆腐 わかめ	たらこ 玉ねぎ のり 大根 ひき肉 ねぎ ほうれん草 油揚げ 豆腐	豚肉 キャベツ しめじ ほうれん草 卵 人参 えのき 豆腐 わかめ
	ポップコーン 牛乳	パン 牛乳	ゼリー 牛乳	みそトースト 牛乳	ベルギーワッフル カルピス
19	20	21	22	23	24
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
ニラ玉丼 長芋の梅肉和え 板麩の味噌汁 フルーツ	カレーのムニエル ブロッコリー ひじきのサラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	豚汁 トマトサラダ ウインナー フルーツ	栗ごはん 竜田揚げ ベーコンのエビ巻き サラダ 漬物 ポタージュ フルーツ	カレーうどん 小松菜のツナ和え 煮豆 フルーツ	豆腐ステーキ 五目豆煮 キャベツスープ フルーツ
鶏肉 ニラ 玉ねぎ 卵 長芋 梅干し 板麩 豆腐 わかめ	カレー ブロッコリー ひじき ほうれん草 人参 玉ねぎ しいたけ 豆腐	豚肉 じゃがいも 人参 キャベツ ごぼう トマト きゅうり レタス ウインナー	栗 鶏むね肉 パーコン えび レタス きゅうり 大根 かぼちゃ 玉ねぎ	豚肉 玉ねぎ 人参 小松菜 きゅうり ツナ 煮豆	豆腐 ひき肉 玉ねぎ 大豆 鶏肉 ごぼう 人参 キャベツ じゃがいも
さつまいも蒸しパン 牛乳	クレープ 牛乳	パン 牛乳	ケーキ 牛乳	フレンチトースト 牛乳	ビスケット 牛乳
26	27	28	29	30	31
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
きのこシチュー カニカマサラダ チーズ フルーツ	手羽元の煮物 コールスローサラダ しいたけの味噌汁 フルーツ	さばの甘酢あん じゃがいものカレー炒め おくら味噌汁 フルーツ	かぼちゃコロッケ トマト マーボー春雨 キャベツの味噌汁 フルーツ	山菜そば きのこのクリーム煮 佃煮 フルーツ	豚肉の野菜巻き もやしのナポリタン じゃがいもの味噌汁 フルーツ
鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ エリンギ カニカマ きゅうり レタス	手羽元 大根 卵 キャベツ きゅうり 人参 しいたけ 豆腐 わかめ	さば しいたけ パプリカ じゃがいも ピーマン 人参 ベーコン おくら 卵	かぼちゃ 玉ねぎ トマト ひき肉 白菜 きくらげ キャベツ 豆腐 油揚げ	鶏肉 山菜 かまぼこ しめじ しいたけ 人参 ブロッコリー 佃煮	豚肉 人参 いんげん もやし ピーマン 玉ねぎ じゃがいも キャベツ 豆腐
肉まん 牛乳	スイートポテト 牛乳	パン 牛乳	おぼけまんじゅう 牛乳	ピザトースト 牛乳	おせんべい スポン