

	献立		食 材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
1 火	ゆでうどん(かつおだし) 人参、じゃがいも、キャベツ		ゆでうどん、かつお節/人参、じゃがいも、キャベツ		
2 水	パンがゆ 白菜、人参、玉ねぎ		食パン/白菜、人参、玉ねぎ		
3 木	パンがゆ ブロッコリー、人参、かぼちゃ		食パン/ブロッコリー、人参、南瓜		
4 金	おかゆ 人参、玉ねぎ、キャベツ かつおだし汁		米/人参、玉ねぎ、キャベツ/かつお節		
5 土	パンがゆ		食パン		
7 月	おかゆ 大根、キャベツ、玉ねぎ 煮干しだし汁		米/大根、キャベツ、玉ねぎ/煮干し		
8 火	おかゆ カレー、かぼちゃ、人参、玉ねぎ 煮干しだし汁		米/カレー、南瓜、人参、玉ねぎ/煮干し		
9 水	パンがゆ 押し豆腐、人参、玉ねぎ		食パン/押し豆腐、人参、玉ねぎ		
10 木	ゆでうどん(かつおだし) じゃがいも、胡瓜、人参		ゆでうどん、かつお節/人参、じゃがいも、胡瓜		
11 金	おかゆ カレー、キャベツ、人参、胡瓜 煮干しだし汁		米/カレー、キャベツ、人参、胡瓜/煮干し		
12 土	ゆでうどん(かつおだし)		ゆでうどん、かつお節		
15 火	おかゆ 胡瓜、玉ねぎ、人参 かつおだし汁		米/胡瓜、玉ねぎ、人参/かつお節		
16 水	パンがゆ カレー、キャベツ、人参、玉ねぎ		食パン/カレー、キャベツ、人参、玉ねぎ		
17 木	ゆでうどん(かつおだし) キャベツ、胡瓜、人参		ゆでうどん、かつお節/人参、キャベツ、胡瓜		
18 金	おかゆ カレー、木綿豆腐、人参、小松菜 かつおだし汁		米/カレー、木綿豆腐、人参、小松菜/かつお節		
19 土	おかゆ 煮干しだし汁		米/煮干し		
21 月	おかゆ 人参、玉ねぎ、ほうれん草 煮干しだし汁		米/人参、玉ねぎ、ほうれん草/煮干し		
22 火	おかゆ キャベツ、人参、玉ねぎ かつおだし汁		米/キャベツ、人参、玉ねぎ/かつお節		
23 水	パンがゆ じゃがいも、人参、胡瓜		食パン/じゃがいも、人参、胡瓜		
24 木	ゆでうどん(かつおだし) 白菜、大根、かぼちゃ		ゆでうどん、かつお節/白菜、大根、南瓜		
25 金	おかゆ キャベツ、胡瓜、玉ねぎ 煮干しだし汁		米/キャベツ、胡瓜、玉ねぎ/煮干し		
26 土	パンがゆ		食パン		
28 月	おかゆ 人参、玉ねぎ、大根 煮干しだし汁		米/人参、玉ねぎ、大根/煮干し		
29 火	おかゆ 人参、胡瓜、玉ねぎ 煮干しだし汁		米/人参、胡瓜、玉ねぎ/煮干し		
30 水	パンがゆ 絹ごし豆腐、大根、人参		食パン/絹ごし豆腐、大根、人参		
31 木	おかゆ キャベツ、胡瓜、玉ねぎ かつおだし汁		米/キャベツ、胡瓜、玉ねぎ/かつお節		

◎ 食材はすべてペーストで提供します。

	献立		食 材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00	
1 火	ゆでうどん(かつおだし) ささみ、人参、じゃがいも、キャベツ	ミルク バナナ ミルク パンがゆ	ゆでうどん、かつお節/ささみ、人参、じゃがいも、キャベツ	バナナ 食パン	
2 水	パンがゆ ささみ、白菜、人参、玉ねぎ	ミルク ハイハイ ミルク おかがゆ	食パン/ささみ、白菜、人参、玉ねぎ	ハイハイ 米、かつお節	
3 木	パンがゆ ささみ、ブロッコリー、人参、南瓜	ミルク バナナ ミルク 青のりがゆ	食パン/ささみ、ブロッコリー、人参、南瓜	バナナ 米、青のり	
4 金	おかゆ ささみ、人参、玉ねぎ、キャベツ かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/ささみ、人参、玉ねぎ、キャベツ/かつお節	ハイハイ 食パン	
5 土	パンがゆ キャベツと玉ねぎのクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	食パン/キャベツ、玉ねぎ/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
7 月	おかゆ ささみ、大根、キャベツ、玉ねぎ 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク パンがゆ	米/ささみ、大根、キャベツ、玉ねぎ/煮干し	ハイハイ 食パン	
8 火	おかゆ カレー、かぼちゃ、人参、玉ねぎ 煮干しだし汁	ミルク バナナ ミルク パンがゆ	米/カレー、南瓜、人参、玉ねぎ/煮干し	バナナ 食パン	
9 水	パンがゆ ささみ、押し豆腐、人参、玉ねぎ	ミルク ハイハイ ミルク さつまいもがゆ	食パン/ささみ、押し豆腐、人参、玉ねぎ	ハイハイ 米、さつまいも	
10 木	ゆでうどん(かつおだし) ささみ、じゃがいも、胡瓜、人参	ミルク バナナ ミルク 青のりがゆ	ゆでうどん、かつお節/ささみ、人参、じゃがいも、胡瓜	バナナ 米、青のり	
11 金	おかゆ カレー、キャベツ、人参、胡瓜 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク プレーンヨーグルト	米/カレー、キャベツ、人参、胡瓜/煮干し	ハイハイ プレーンヨーグルト	
12 土	ゆでうどん(かつおだし) 玉ねぎと人参のクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	ゆでうどん、かつお節/玉ねぎ、人参/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
15 火	おかゆ ささみ、胡瓜、玉ねぎ、人参 かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク ゆでうどん(かつおだし)	米/ささみ、胡瓜、玉ねぎ、人参/かつお節	バナナ ゆでうどん、かつお節	
16 水	パンがゆ カレー、キャベツ、人参、玉ねぎ	ミルク ハイハイ ミルク 青のりがゆ	食パン/カレー、キャベツ、人参、玉ねぎ	ハイハイ 米、青のり	
17 木	ゆでうどん(かつおだし) ささみ、キャベツ、胡瓜、人参	ミルク バナナ ミルク プレーンヨーグルト	ゆでうどん、かつお節/ささみ、人参、キャベツ、胡瓜	バナナ プレーンヨーグルト	
18 金	おかゆ カレー、木綿豆腐、人参、小松菜 かつおだし汁	ミルク ハイハイ ミルク ゆでさつまいも	米/カレー、木綿豆腐、人参、小松菜/かつお節	ハイハイ さつまいも	
19 土	おかゆ キャベツと人参のクタクタ煮 煮干しだし汁 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	米/キャベツ、人参/煮干し/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
21 月	おかゆ ささみ、人参、玉ねぎ、ほうれん草 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク ゆでさつまいも	米/ささみ、人参、玉ねぎ、ほうれん草/煮干し	ハイハイ さつまいも	
22 火	おかゆ ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク ゆでうどん(かつおだし)	米/ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ/かつお節	バナナ ゆでうどん、かつお節	
23 水	パンがゆ ささみ、じゃがいも、人参、胡瓜	ミルク ハイハイ ミルク おかがゆ	食パン/ささみ、じゃがいも、人参、胡瓜	ハイハイ 米、かつお節	
24 木	ゆでうどん(かつおだし) ささみ、白菜、大根、南瓜	ミルク バナナ ミルク 青のりがゆ	ゆでうどん、かつお節/ささみ、白菜、大根、南瓜	バナナ 米、青のり	
25 金	おかゆ ささみ、キャベツ、胡瓜、玉ねぎ 煮干しだし汁	ミルク バナナ ミルク パンがゆ	米/ささみ、キャベツ、胡瓜、玉ねぎ/煮干し	バナナ 食パン	
26 土	パンがゆ 人参と玉ねぎのクタクタ煮 バナナ	ミルク ハイハイ ミルク ハイハイ	食パン/人参、玉ねぎ/バナナ	ハイハイ ハイハイ	
28 月	おかゆ ささみ、人参、玉ねぎ、大根 煮干しだし汁	ミルク ハイハイ ミルク ゆでじゃがいも	米/ささみ、人参、玉ねぎ、大根/煮干し	ハイハイ じゃがいも	
29 火	おかゆ ささみ、人参、胡瓜、玉ねぎ 煮干しだし汁	ミルク バナナ ミルク ハイハイ	米/ささみ、人参、胡瓜、玉ねぎ/煮干し	バナナ ハイハイ	
30 水	パンがゆ ささみ、絹ごし豆腐、大根、人参	ミルク ハイハイ ミルク おかがゆ	食パン/ささみ、絹ごし豆腐、大根、人参	ハイハイ 米、かつお節	
31 木	おかゆ ささみ、キャベツ、胡瓜、玉ねぎ かつおだし汁	ミルク バナナ ミルク ハイハイ	米/ささみ、キャベツ、胡瓜、玉ねぎ/かつお節	バナナ ハイハイ	

◎ 食材は すべてみじんきりで 提供します。

	献立		食 材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00の食材	
1 火	焼きうどん ポテトサラダ にら卵汁	ミルク バナナ ミルク りんごトースト	ゆでうどん、豚小間切れ、キャベツ、人参、もやし、しょうゆ、みりん、サラダ油/じゃがいも、人参、胡瓜、ベーコン、大豆マヨネーズ、砂糖、食塩/卵、にら、かつお節、しょうゆ、食塩、片栗粉	バナナ 食パン、りんご、砂糖、バター	
2 水	食パン じゃがいものカントリー煮 白菜とベーコンのスープ	ミルク ベビーチーズ ミルク おかかおじや	食パン/豚小間切れ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ケチャップ、砂糖、バター/白菜、玉ねぎ、人参、ベーコン、かつお節、しょうゆ	ベビーチーズ 米、かつお節	
3 木	マーガリンロール クリームシチュー ブロッコリーのおかか和え	ミルク バナナ ミルク 肉みそおじや	マーガリンロール/鶏もも小間切れ、サラダ油、じゃがいも、南瓜、玉ねぎ、人参、小麦粉、バター、スキムミルク、食塩/ブロッコリー、人参、コーン、胡瓜、かつお節、大豆マヨネーズ、しょうゆ	バナナ 米、豚ひき肉、白みそ、しょうゆ、砂糖、酒	
4 金	固がゆ 野菜あんかけ フレンチサラダ 玉ねぎとコーンのスープ	ミルク 乳児用菓子 ミルク さくさくクッキー	米/豚小間切れ、玉ねぎ、人参、にんにく、かつお節、しょうゆ、みりん、片栗粉/キャベツ、胡瓜、みかん缶、酢、砂糖、食塩/玉ねぎ、コーン、かつお節、しょうゆ	乳児用菓子 小麦粉、バター、グラニュー糖	
5 土	コーンマヨネーズトースト キャベツのトマトスープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	食パン、コーン、じゃがいも、玉ねぎ、大豆マヨネーズ/キャベツ、玉ねぎ、人参、ベーコン、ケチャップ、サラダ油/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
7 月	固がゆ 親子丼の具 キャベツのひじき炒め なめこと大根のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 蒸しパン ジャム添え	米/鶏もも小間切れ、玉ねぎ、人参、ねぎ、卵、かつお節、しょうゆ、みりん、砂糖/キャベツ、ひじき、しょうゆ、ごま油/なめこ、大根、煮干し、白みそ	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、サラダ油、豆乳、いちごジャム	
8 火	固がゆ カレイの照り焼き 切干大根のサラダ 野菜汁	ミルク バナナ ミルク ほうれん草のドーナツ	米/カレイ、しょうゆ、みりん、酒/切干大根、人参、キャベツ、ベーコン、大豆マヨネーズ、しょうゆ、砂糖、酢/南瓜、人参、玉ねぎ、ねぎ、煮干し、白みそ	バナナ 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、サラダ油、グラニュー糖、ほうれん草	
9 水	マーガリンロール ツナサンドの具 スキムミルク入り洋風炒り豆腐 にんじんサラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク さつまいもおじや	マーガリンロール/ツナ、コーン、大豆マヨネーズ/豚ひき肉、押し豆腐、玉ねぎ、人参、さやえんどう、卵、干ししいたけ、スキムミルク、かつお節、しょうゆ、サラダ油/人参、もやし、しょうゆ、酢、油、白ごま、砂糖	ベビーチーズ 米、さつまいも	
10 木	ナポリタン くずうちサラダ じゃがいもとしめじのスープ	ミルク バナナ ミルク 天かすおじや	スパゲティ、玉ねぎ、人参、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、サラダ油/キャベツ、胡瓜、人参、鶏ささみ、酒、食塩、片栗粉、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油、カットわかめ/じゃがいも、しめじ、玉ねぎ、かつお節、しょうゆ	バナナ 米、天かす、青のり、しょうゆ、みりん、砂糖	
11 金	固がゆ カジキの竜田揚げ キャベツのおかか和え ほうれん草のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク プレーンヨーグルト	米/カジキ、しょうゆ、しょうが、酒、片栗粉、サラダ油/キャベツ、人参、胡瓜、かつお節、しょうゆ/ほうれん草、麩、煮干し、白みそ	乳児用菓子 プレーンヨーグルト	
12 土	わかめうどん 鶏つくね バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	ゆでうどん、鶏もも小間切れ、カットわかめ、玉ねぎ、人参、かつお節、しょうゆ、みりん/鶏ももひき肉、押し豆腐、片栗粉、玉ねぎ、しょうゆ、みりん、酒、砂糖/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
15 火	固がゆ 豚肉とピーマンの炒め物 たたき胡瓜 わかめともやしの中華スープ	ミルク バナナ ミルク きのこのにゅう麺	米/豚小間切れ、ピーマン、しょうゆ、酒、片栗粉、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、砂糖、ごま油/胡瓜、しょうゆ、酢、ごま油/カットわかめ、もやし、かつお節、しょうゆ、片栗粉	バナナ そうめん、えのきたけ、ねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん	
16 水	マーガリンロール 白身魚のフライ ミネストローネ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 中華風おじや	マーガリンロール/メルルーサ、小麦粉、パン粉、サラダ油/キャベツ、ベーコン、玉ねぎ、人参、マカロニ、しめじ、トマト缶、ケチャップ、サラダ油/バナナ	ベビーチーズ 米、にら、豚ひき肉、ごま油、しょうゆ、砂糖	
17 木	煮込みうどん 餃子 春雨サラダ	ミルク バナナ ミルク プレーンヨーグルト	ゆでうどん、豚小間切れ、玉ねぎ、キャベツ、しょうゆ、みりん、かつお節/餃子の皮、キャベツ、にら、豚ひき肉、しょうが、にんにく、しょうゆ、ごま油、サラダ油/春雨、胡瓜、ベーコン、人参、しょうゆ、酢、砂糖、サラダ油、ごま油	バナナ プレーンヨーグルト	
18 金	固がゆ カレイのねぎみそ焼き 切干大根の炒め煮 豆腐と青菜のすまし汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 大豆とさつまいもの密がらめ	米/カレイ、ねぎ、赤みそ、しょうゆ、ごま油、みりん、砂糖/切干大根、人参、いんげん、しょうゆ、みりん、砂糖、サラダ油/木綿豆腐、小松菜、かつお節、しょうゆ	乳児用菓子 さつまいも、大豆水煮、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、砂糖	
19 土	ピラフおじや 鶏のごま味噌焼き 野菜みそ汁 バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	米、豚ひき肉、ミックスベジタブル、玉ねぎ、しょうゆ/鶏もも肉、白みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、すりごま/キャベツ、人参、えのきたけ、煮干し、白みそ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
21 月	固がゆ 鶏肉のマーマレード焼き 三色お浸し キャベツのみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク ふかし芋	米/鶏もも肉、しょうゆ、にんにく、酒、マーマレード/ほうれん草、えのきたけ、人参、かつお節、しょうゆ/キャベツ、玉ねぎ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 さつまいも	
22 火	固がゆ レバーのごま味噌焼き コールスローサラダ 卵スープ	ミルク バナナ ミルク 煮込みうどん	米/レバー、しょうが、しょうゆ、サラダ油、片栗粉、白みそ、砂糖、みりん、白ごま/キャベツ、人参、コーン、大豆マヨネーズ、酢、砂糖/卵、玉ねぎ、かつお節、しょうゆ	バナナ ゆでうどん、豚小間切れ、玉ねぎ、コーン、しょうゆ、みりん、かつお節	
23 水	食パン たまごサンドの具 きのこ鶏肉のポトフ 和風サラダ	ミルク ベビーチーズ ミルク おかかおじや	食パン/卵、大豆マヨネーズ/鶏もも小間切れ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、キャベツ、しめじ、えのきたけ、かつお節、しょうゆ/キャベツ、胡瓜、トマト、しょうゆ、砂糖、酢、ごま油、サラダ油	ベビーチーズ 米、かつお節	
24 木	ほうとう 野菜のかき揚げ 胡瓜とツナの昆布和え	ミルク バナナ ミルク わかめおじや	ゆでうどん、白菜、大根、南瓜、人参、ねぎ、かつお節、白みそ/玉ねぎ、人参、ピーマン、小麦粉、片栗粉、サラダ油/胡瓜、人参、ツナ、塩昆布、ごま油	バナナ 米、炊き込みわかめ	
25 金	固がゆ チキン南蛮のタルタルソース ツナサラダ わかめのみそ汁	ミルク バナナ ミルク きな粉蒸しパン	米/鶏もも肉、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、みりん、酢、砂糖、卵、玉ねぎ、大豆マヨネーズ、砂糖/キャベツ、胡瓜、ツナ、しょうゆ、砂糖、サラダ油、酢/カットわかめ、玉ねぎ、煮干し、白みそ	バナナ 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、きな粉、豆乳、サラダ油	
26 土	ピザトースト 春雨スープ バナナ	ミルク ベビーチーズ ミルク 乳児用菓子	食パン、ケチャップ、トマトピューレ、玉ねぎ、ピーマン、ベーコン/春雨、豚小間切れ、人参、木綿豆腐、チンゲン菜、しめじ、かつお節、しょうゆ、ごま油/バナナ	ベビーチーズ 乳児用菓子	
28 月	固がゆ 豚丼の具 うの花の炒り煮 大根のみそ汁	ミルク 乳児用菓子 ミルク 芋もち	米/豚小間切れ、玉ねぎ、サラダ油、かつお節、しょうゆ、みりん、砂糖、酒/おから、人参、干ししいたけ、ねぎ、かつお節、しょうゆ、砂糖、ごま油、みりん/大根、小松菜、煮干し、白みそ	乳児用菓子 じゃがいも、上新粉、青のり	
29 火	固がゆ ヤンニョムチキン ひじきのナムル きのこのみそ汁	ミルク バナナ ミルク 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/鶏もも小間切れ、片栗粉、サラダ油、ケチャップ、にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、白ごま、ごま油/ひじき、胡瓜、人参、もやし、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油/玉ねぎ、まいたけ、えのきたけ、しめじ、煮干し、白みそ	バナナ 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
30 水	マーガリンロール 鶏の照り焼きサンドの具 麻婆豆腐スープ 即席ピクルス	ミルク ベビーチーズ ミルク ツナマヨおじや	マーガリンロール/鶏もも小間切れ、しょうゆ、みりん、砂糖、キャベツ、サラダ油/豚ひき肉、絹ごし豆腐、にら、人参、かつお節、白みそ、ごま油/大根、人参、胡瓜、酢、砂糖、みりん	ベビーチーズ 米、ツナ、大豆マヨネーズ	
31 木	固がゆ 野菜あんかけ 野菜サラダ 玉ねぎとしめじのスープ	ミルク バナナ ミルク 乳児用菓子	米/豚ひき肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、片栗粉、かつお節、しょうゆ、みりん/キャベツ、胡瓜、大豆マヨネーズ/玉ねぎ、しめじ、かつお節、しょうゆ	バナナ 乳児用菓子	

※ 乳児用菓子・・・ハイハイ / マンナウェファー / マンナビスケット の いずれかの提供になります。

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ( )は未満児	材 料 名 (○は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
1火	焼きそば ポテトサラダ にら卵汁	456.5(388.1) 19.5(15.6) 15.7(12.5) 2.1(1.7)	焼きそばめん、じゃがいも、○食パン 6枚切り、大豆マヨネーズ、○砂糖、片栗粉、砂糖、油	卵、豚肩小間切れ、○スキムミルク、ベーコン、かつお節、○バター、干しえび	○りんご、キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり、にら、あおのり、○バナナ	焼きそばソース、しょうゆ、食塩	麦茶 バナナ	スキムミルク りんごトースト	
2水	パンの缶詰 チョコチップ味 (非常食) じゃがいものカントリー煮 白菜とベーコンのスープ	468.0(413.1) 14.6(14.4) 13.5(13.9) 2.0(2.0)	パンの缶詰 チョコチップ味 (非常食)、じゃがいも、○米 (非常食)、砂糖、○砂糖	豚肩小間切れ、ベーコン、バター、○白みそ、○すりごま、○チーズ	たまねぎ、はくさい、にんじん	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、○みりん、○しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 五平餅風おにぎり (非常食)	
3木	ロールパン クリームシチュー ブロッコリーのおかかマヨ和え	640.7(546.3) 24.5(19.9) 27.2(21.8) 2.0(1.6)	ロールパン、○米、じゃがいも、小麦粉、大豆マヨネーズ、○砂糖、油	○牛乳、鶏もも小間切れ、○豚ひき肉、バター、スキムミルク、○白みそ、かつお節	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー、きゅうり、コーン缶、○バナナ	○酒、しょうゆ、○しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	牛乳 肉みそおにぎり	
4金	ハヤシライス フレンチサラダ 玉ねぎとコーンのスープ	619.7(554.1) 19.2(16.3) 25.9(23.1) 2.5(2.2)	米、○小麦粉、○グラニュー糖、押麦、油、砂糖	○牛乳、豚肩小間切れ、○バター、スキムミルク	たまねぎ、キャベツ、にんじん、みかん缶、きゅうり、コーン缶、にんにく	ハヤシルウ、酢、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 菓子	牛乳 ココアクッキー	
5土	コーンマヨネーズトースト キャベツのトマトスープ バナナ	383.5(330.2) 8.9(9.4) 13.7(13.5) 1.8(1.7)	○ゼリー (オレンジ、りんご、ぶどう)、食パン 6枚切り、じゃがいも、大豆マヨネーズ、油	ベーコン、○チーズ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、にんじん	ケチャップ、コンソメ、食塩、白ごしょう	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	運動会
7月	親子丼 キャベツとひじき炒め なめこと大根のみそ汁	479.5(442.2) 19.3(18.6) 12.1(13.3) 1.6(1.4)	米、○小麦粉、○砂糖、砂糖、○油、ごま油	○牛乳、卵、鶏もも小間切れ、○調製豆乳、白みそ、なると、いわし(煮干し)、かつお節、○牛乳	キャベツ、たまねぎ、だいごん、なめこ、ねぎ、にんじん、○いちごジャム、ひじき	しょうゆ、みりん、○ベーキングパウダー、食塩	牛乳	牛乳 蒸しパンジャム添え	
8火	ご飯 カレイの照り焼き 切干大根のサラダ 野菜汁	482.7(419.5) 23.8(19.4) 9.4(7.6) 1.5(1.2)	米、○小麦粉、○砂糖、○油、大豆マヨネーズ、○グラニュー糖、砂糖	かれい、○豆乳、○スキムミルク、白みそ、ベーコン、いわし(煮干し)	キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、○ほうれんそう、ねぎ、切り干しだいごん、○バナナ	しょうゆ、酒、みりん、○ベーキングパウダー、酢	麦茶 バナナ	スキムミルク ほうれん草のドーナツ	
9水	ツナサンド スキムミルク入り洋風炒り豆腐 にんじんサラダ	487.7(432.0) 19.9(18.7) 19.1(18.5) 2.0(2.0)	マーガリンロール 55g、○米、○さつまいも、大豆マヨネーズ、油、砂糖、マーガリンロール 45g	押し豆腐、豚ひき肉、ツナ油漬缶、卵、スキムミルク、白ごま、○チーズ	にんじん、たまねぎ、もやし、コーン缶、さやえんどう、干ししいたけ	しょうゆ、酢、○酒、食塩、コンソメ、○食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 さつまいもご飯	
10木	ナポリタン くずもちサラダ じゃがいもとしめじのスープ	340.4(306.1) 11.7(9.8) 5.1(4.1) 1.6(1.3)	○米、スパゲティ、じゃがいも、片栗粉、○砂糖、砂糖、○天かす、ごま油、油	鶏ささ身、ウインナー	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、しめじ、ピーマン、トマトピューレ、カットわかめ、あおのり、○バナナ	ケチャップ、しょうゆ、酢、○みりん、○しょうゆ、酒、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	麦茶 天かすおにぎり	
11金	ご飯 かじきの竜田揚げ キャベツのゆかり和え ほうれん草のみそ汁	455.1(418.4) 23.2(19.4) 13.8(13.1) 1.4(1.3)	米、○砂糖、油、片栗粉、焼ふ	○牛乳、かじき、○調製豆乳、白みそ、いわし(煮干し)	キャベツ、○みかん缶、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、○かんてん(粉)、しょうが	しょうゆ、酒、ゆかり	麦茶 菓子	牛乳 豆乳かんてん	
12土	わかめうどん 鶏つくね バナナ	411.5(368.0) 19.8(18.6) 12.5(13.1) 2.0(1.9)	ゆでうどん、○ゼリー (オレンジ、りんご、ぶどう)、片栗粉、砂糖	鶏ももひき肉、鶏もも小間切れ、押し豆腐、かつお節、○チーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酒、みりん、食塩、白ごしょう	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
15火	ご飯(麦入り) チンジャオロース たたき胡瓜 わかめともやしの中華スープ	418.2(368.3) 18.6(15.3) 13.4(10.8) 1.8(1.5)	米、○ゆでそうめん、押麦、片栗粉、ごま油、砂糖	○牛乳、豚肩小間切れ、○かつお節	きゅうり、もやし、ピーマン、えのきたけ、○ねぎ、たけのこ、カットわかめ、にんにく、しょうが、○バナナ	しょうゆ、酒、○しょうゆ、酢、○みりん、鶏ガラ、コンソメ、食塩、○食塩	麦茶 バナナ	牛乳 きのこのにゅう麺	
16水	フィッシュサンド ミネストローネ バナナ	571.7(499.2) 20.3(19.1) 17.3(17.0) 1.8(1.8)	マーガリンロール 55g、○米、マカロニ、パン粉、小麦粉、油、○砂糖、○油、○ごま油、マーガリンロール 45g	メルルーサ、ベーコン、○豚ひき肉、○チーズ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、ホールトマト缶詰、にんじん、しめじ、○にら	ケチャップ、中濃ソース、○しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 中華風おにぎり	
17木	キャベツとなるとのラーメン 餃子 春雨サラダ	460.8(402.4) 19.2(15.8) 23.5(18.8) 1.3(1.0)	ゆで中華めん、はるさめ、ぎょうざの皮、油、砂糖、ごま油、○プリン	○牛乳、豚ひき肉、豚肩小間切れ、○生クリーム、なると、ベーコン	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、○みかん缶、にら、にんじん、にんにく、しょうが、○バナナ	中華スープ、しょうゆ、酢、鶏ガラ	麦茶 バナナ	牛乳 プリンアラモード(除去なし)	
18金	ご飯(麦入り) さばの葱味噌焼き 切干大根の炒め煮 豆腐と青菜のすまし汁	472.0(435.9) 21.5(18.1) 12.4(12.3) 1.7(1.6)	米、○さつまいも、○砂糖、押麦、砂糖、○片栗粉、○油、ごま油、油	さば、木綿豆腐、○だいたいず水煮詰、○スキムミルク、赤みそ、かつお節、ちくわ	ごまつな、にんじん、切り干しだいごん、ねぎ、いんげん	しょうゆ、みりん、○しょうゆ、酒、食塩	麦茶 菓子	スキムミルク 大豆とさつまいもの蜜がらめ	
19土	ピラフ 鶏のごまみそ焼き 野菜みそ汁 バナナ	504.6(441.8) 21.6(20.0) 15.9(15.9) 1.6(1.6)	○ゼリー (オレンジ、りんご、ぶどう)、米、砂糖	鶏もも肉 30g、豚ひき肉、白みそ、いわし(煮干し)、すりごま、○チーズ	バナナ、キャベツ、えのきたけ、ミックスベジタブル(冷凍)、にんじん、たまねぎ	しょうゆ、みりん、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
21月	きのごおこわ 鶏肉のマーマレード焼き 三色お浸し キャベツのみそ汁	460.3(426.8) 21.4(20.3) 10.4(11.9) 1.9(1.6)	○さつまいも、米、もち米、砂糖	鶏もも肉 30g、○スキムミルク、白みそ、鶏むねひき肉、いわし(煮干し)、かつお節、○牛乳	ほうれんそう、にんじん、キャベツ、マーマレード、たまねぎ、えのきたけ、しめじ、にんにく、干ししいたけ	しょうゆ、酒、みりん、○食塩	牛乳	スキムミルク ふかし芋	
22火	ご飯 レバーのごま味噌和え コールスローサラダ 卵スープ	541.2(466.7) 26.0(21.2) 17.0(13.7) 1.6(1.3)	米、○ゆで中華めん、片栗粉、油、大豆マヨネーズ、砂糖、○油	○牛乳、豚レバー(スライス)、卵、○豚肩小間切れ、白みそ、白ごま	キャベツ、○たまねぎ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、○コーン缶、しょうが、○バナナ	○中華スープ、しょうゆ、みりん、食塩、酢、○鶏ガラ、コンソメ	麦茶 バナナ	牛乳 醤油ラーメン	
23水	たまごサンド きのごと鶏肉のポトフ 和風サラダ	486.1(400.3) 18.3(16.4) 16.6(15.9) 2.0(1.8)	食パン 8枚切り、○米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、油、○砂糖、ごま油、砂糖	○牛乳、卵、鶏もも小間切れ、○かつお節、○チーズ	キャベツ、トマト、たまねぎ、にんじん、しめじ、きゅうり、えのきたけ、エリンギ	しょうゆ、○しょうゆ、酢、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	牛乳 焼きおにぎり	
24木	ほうとう 桜えびのかき揚げ 胡瓜とツナの昆布和え	419.8(364.7) 14.6(11.9) 9.2(7.4) 1.4(1.1)	ゆでうどん、○米、小麦粉、油、片栗粉、ごま油	○牛乳、白みそ、ツナ油漬缶、かつお節、干しえび	たまねぎ、きゅうり、にんじん、かぼちゃ、はくさい、だいごん、ピーマン、ねぎ、塩こんぶ、○バナナ	○炊き込みわかめ、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 わかめおにぎり	もも組 秋の遠足
25金	ご飯(麦入り) チキン南蛮のタルタルソース添え ツナサラダ わかめのみそ汁	583.0(531.7) 23.7(20.3) 21.1(19.8) 1.9(1.8)	米、○小麦粉、片栗粉、○砂糖、押麦、油、大豆マヨネーズ、砂糖、○油	鶏もも肉 20g、○調製豆乳、卵、○スキムミルク、白みそ、ツナ油漬缶、○きな粉、いわし(煮干し)	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、カットわかめ	酢、しょうゆ、みりん、○ベーキングパウダー、酒、食塩	麦茶 菓子	スキムミルク きな粉蒸しパン	4・5歳 バス遠足
26土	ピザトースト 春雨スープ バナナ	378.9(331.0) 11.9(11.9) 11.7(12.3) 1.6(1.5)	○ゼリー (オレンジ、りんご、ぶどう)、食パン 6枚切り、はるさめ、ごま油	木綿豆腐、豚肩小間切れ、ベーコン、○チーズ	バナナ、トマトピューレ、チンゲンサイ、たまねぎ、しめじ、ピーマン、にんじん	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 菓子、ゼリー	
28月	豚丼 うの花炒り煮 大根のみそ汁	478.9(436.7) 23.0(21.4) 14.4(15.1) 1.9(1.5)	○じゃがいも、米、○上新粉、砂糖、ごま油、油	○牛乳、豚肩小間切れ、おから、白みそ、油揚げ、いわし(煮干し)、かつお節、○牛乳	たまねぎ、だいごん、ごまつな、ねぎ、にんじん、干ししいたけ、○あおのり	しょうゆ、みりん、酒、○食塩、食塩	牛乳	牛乳 芋もち	
29火	ご飯 ヤンニョムチキン ひじきのナムル きのごのみそ汁	576.1(501.3) 24.0(20.3) 18.6(15.0) 1.6(1.3)	米、砂糖、油、○砂糖、片栗粉、ごま油	○ヨーグルト(加糖)、鶏もも小間切れ、○スキムミルク、白みそ、いわし(煮干し)、白ごま	もやし、たまねぎ、きゅうり、にんじん、まいたけ、しめじ、えのきたけ、ひじき、にんにく、○バナナ	ケチャップ、しょうゆ、酢、みりん	麦茶 バナナ	スキムミルク ココア菓子、カップヨーグルト	
30水	鶏の照り焼きサンド 麻婆豆腐スープ 即席ピクルス	512.0(451.5) 22.1(20.5) 19.9(19.2) 1.8(1.8)	マーガリンロール 55g、○米、砂糖、○大豆マヨネーズ、大豆マヨネーズ、ごま油、油、マーガリンロール 45g	絹ごし豆腐、鶏もも小間切れ、豚ひき肉、白みそ、○ツナ油漬缶、○チーズ	にんじん、だいごん、キャベツ、きゅうり、にら	みりん、しょうゆ、酢、コンソメ、食塩	麦茶 ベビーチーズ	麦茶 ツナマヨおにぎり	
31木	ハロウィンカレーライス インサラダ 玉ねぎとしめじのスープ 飲むヨーグルト	665.7(574.7) 15.1(12.6) 15.2(12.3) 2.2(1.8)	米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、油、○かぼちゃプリン	○牛乳、乳酸菌飲料、豚ひき肉、スキムミルク	たまねぎ、キャベツ、パイン缶、にんじん、しめじ、きゅうり、いんげん、にんにく、○バナナ	カレールー、ケチャップ、しょうゆ、食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	牛乳 パンキンプリン(除去なし)	すみれ組 保育参加