

	曜日	献立	材 料			調 味 料
			赤	黄	緑	
14	金	カレーライス	ぶた肉 豆乳	油 ジャが芋 片栗粉 米	玉ネギ 人参	カレールー コンソメ カレー粉
		コロコロサラダ バナナ	しらす	油	きゅうり キャベツ 大根 人参 バナナ	砂糖 塩 酢
		みかんヨーグルト おせんべい お茶	ヨーグルト 脱脂粉乳	おせんべい	みかん缶	砂糖
17	月	バエリア風	とり肉	米 油	人参 玉ねぎ にんにく 赤ピーマン 黄ピーマン マッシュルーム缶 パセリ	コンソメ 塩 こしょう
		トマトビーンズスープ	金時豆 大豆	マカロニ	玉ネギ 人参 パセリ	トマトピューレ コンソメ 塩 こしょう
		★ツナサラダ	ツナ缶	油	キャベツ きゅうり 大根	酢 砂糖 塩 醤油
		ほたもち 牛乳	小豆缶 こしあん 牛乳	米 もち米		
18	火	ごはん		米		
		太平燕	ぶた肉 かまぼこ	春雨 油	人参 白菜 玉ネギ 長ネギ しょうが	鶏ガラ 塩 醤油 酒 こしょう ごま油
		マーボー豆腐	豆腐 ぶた肉	油 片栗粉	人参 長ネギ にら しょうが にんにく	みそ 砂糖 鶏ガラ ごま油 醤油
		切干し中華サラダ			切干大根 人参 きゅうり キャベツ	酢 醤油 ごま油 砂糖
		★醤油ラーメン 牛乳	ぶた肉 わかめ 牛乳	中華麺	キャベツ 玉ネギ コーン缶 にんにく しょうが	ごま油 醤油 塩 ごま
21	金	カレーピラフ	ぶた肉 高野豆腐	米 油	人参 玉ネギ	塩 カレー粉 コンソメ
		フロッコリーのスープ			フロッコリー 玉ネギ 人参	コンソメ 塩
		★みかんサラダ		油	みかん缶 きゅうり キャベツ 人参	砂糖 酢 塩
		メロンパン風	牛乳	ホットケーキミックス バター		砂糖 グラニュー糖
		牛乳	牛乳			
24	月	ごはん		米		
		みぞ汁			キャベツ 玉ネギ	だし汁 みそ
		豆腐入りつくね	とり肉 高野豆腐 豆腐	片栗粉 パン粉	玉ネギ しょうが 長ネギ	醤油 塩 酒 みりん 砂糖
		★ひじき煮	ひじき 油揚げ	しらたき	人参 さやいんげん	砂糖 醤油 みりん だし汁
		★オレンジゼリー ポップコーン（幼児） おせんべい（乳児） お茶		油 おせんべい	オレンジジュース とうもろこし	砂糖 寒天 塩
26	水	ごはん		米		
		ちゃんぽん風春雨スープ	ぶた肉 豆乳	春雨	人参 白菜 あさつき しょうが にんにく	鶏ガラ 塩 醤油 みそ ごま油
		おどり	とり肉	片栗粉 油	玉ネギ 人参 ピーマン	醤油 砂糖 酢 トマトケチャップ みりん
		ガドガド風温野菜サラダ	厚揚げ		人参 キャベツ もやし フロッコリー レモン	鶏ガラ 練りごま 砂糖 しょうゆ マヨネーズ
		キャロットケーキ 牛乳	豆乳 牛乳	ホットケーキミックス 油	人参	砂糖 ごま
28	金	ごはん		米		
		切干し大根のごみぞスープ	油揚げ		切干し大根 人参 玉ネギ	ごま ごま油 だし汁 みそ
		★とりの唐揚げ	とり肉	油 片栗粉	しょうが にんにく	醤油 酒
		★切り昆布の煮物	切り昆布 油揚げ		人参 しめじ	醤油 砂糖 みりん 塩 だし汁
		★りんごゼリー おせんべい お茶		おせんべい	りんごジュース	砂糖 寒天
29	土	厚揚げ豆腐丼	厚あげ とり肉	米 油 片栗粉	人参 玉ネギ さやいんげん キャベツ 人参 玉ネギ	砂糖 醤油 塩 酒 コンソメ 塩
		野菜スープ				
		ヨーグルト	ヨーグルト 脱脂粉乳			砂糖
		おせんべい お茶		おせんべい		
31	月	青菜じゃこチャーハン	しらす ぶた肉	米 油	玉ネギ 人参 小松菜	鶏ガラ 塩 醤油
		中華春雨スープ	わかめ	春雨	長ネギ コーン缶	鶏ガラ 塩 醤油
		ナムル風サラダ			もやし 人参 キャベツ	醤油 塩 ごま油 ごま
		ココアクリームバナナ 牛乳	豆乳 牛乳	コーンスターチ	バナナ	ココア 砂糖

- ・乳児クラスには、午前おやつとして菓子・牛乳がつかます。
- ・材料の都合により、献立が変更することがあります。
- ・マヨネーズは卵不使用のものです。
- ・★はぐんぐん組のリクエストメニューです。