

	曜日	献立	材 料			調 味 料
			赤	黄	緑	
12	水	ごはん		米		
		みど汁		さつまい	玉ネギ 水菜	だし汁 みそ
		ぶたバラごまマヨ炒め	ぶた肉	油	玉ネギ 人参 さやいんげん	マヨネーズ ごま 塩 こしょう
		はりはり漬け			切干し大根 小松菜 人参	醤油 酢 砂糖
		オートミールスナック		油 オートミール コーンフレーク	レーズン	マシュマロ
		牛乳	牛乳			
13	木	ごはん		米		
		きのこのみど汁			キャベツ 舞茸 しめじ えりんぎ 人参	だし汁 みそ
		かわいいおろしあんかけ	カレイ	片栗粉 油	大根	だし汁 酒 砂糖 みりん 醤油
		ゆかり和え			小松菜 もやし きゅうり 人参	ゆかり 塩
		鶏ごぼうスパゲティ	とり肉 桜エビ のり	スパゲティ	人参 ごぼう	塩 醤油 酒 ごま油
		牛乳	牛乳			
14	金	大豆入りキーマカレー	ぶた肉 大豆 豚シバー 豆乳	米 油	玉ネギ 人参 ピーマン	カレー粉 カレールウ コンソメ
		ポパイスープ			ほうれん草 キャベツ しめじ	コンソメ 塩
		マカロニサラダ		マカロニ	きゅうり コーン缶 人参	マヨネーズ 塩
		お茶				
		もちもちココアドーナツ いちごジャムを添えて	豆腐 豆乳	ホットケーキミックス 油		砂糖 ココア いちごジャム
		牛乳	牛乳			
17	月	ごはん		米		
		すまし汁			玉ネギ 水菜 しいたけ	だし汁 塩 醤油
		ぶたの黒ごま炒め	ぶた肉	油	玉ネギ 人参	みりん 砂糖 醤油 酒 ごま
		ひじき煮	ひじき 高野豆腐	しらたき	人参	砂糖 みりん 醤油 だし汁
		みるくけーき	脱脂粉乳 牛乳	小麦粉 バター		ベーキングパウダー 砂糖
		牛乳	牛乳			
25	火	ごはん		米		
		みど汁			ごぼう 舞茸 人参	だし汁 みそ
		豆腐入りミートローフ	ぶた肉 とり肉 豆腐	パン粉	玉ネギ 人参	塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース
		ココロサラダ	シラス	油	キャベツ きゅうり 大根 人参	酢 砂糖 塩
		こねつけ	青のり	米 小麦粉		砂糖 醤油
		牛乳	牛乳			
26	水	しらすのガーリックチャーハン	シラス ぶた肉	米 油	レタス 玉ネギ 人参 あさつき コーン 缶 にんにく	鶏ガラ 醤油 塩 こしょう
		中華スープ			玉ネギ 水菜 人参	鶏ガラ 醤油 塩
		中華サラダ	ツナ缶		きゅうり 人参 もやし	砂糖 醤油 酢 ごま油
		レーズン蒸しパン	脱脂粉乳 牛乳	小麦粉 油	レーズン	ベーキングパウダー 砂糖
		牛乳	牛乳			
27	木	ちゃんぽんうどん	豚肉 かまぼこ 豆乳	うどん	キャベツ 人参 玉ネギ もやし	鶏ガラ 塩 醤油 みそ ごま油
		桜和え	桜えび ちくわ		小松菜 人参 切干し大根	砂糖 醤油
		バナナ			バナナ	
		サケチーズおにぎり	サケ	米 チーズ		塩 ごま
		牛乳	牛乳			
28	金	ごはん		米		
		みど汁			小松菜 玉ネギ 舞茸	だし汁 みそ
		チキンチキンごぼう	とり肉	片栗粉 油	ごぼう	酒 砂糖 みりん 醤油 ごま
		ひじきサラダ	ひじき ツナ缶		きゅうり 人参 もやし	酢 砂糖 塩 醤油 ごま油
		豆乳ココアコーンフレーク	豆乳	コーンスターチ コーンフレーク		ココア 砂糖
		お茶				

・乳児クラスには、午前おやつとして菓子・牛乳がつきます。

・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。