

		献立名			食 材		
乳児おやつ	主食	副 食 ( ):乳児のみ		午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1 金	麦茶 チーズ	こいのぼりカレー スープ 南瓜サラダ パイナップル		麦茶 かしわもち	じゃが芋 上新粉 小麦粉 マヨネーズ 米	豚肉 ハム	玉葱 人参 大根 南瓜 きゅうり
2 土	牛乳	サラダうどん スープ 果物		麦茶 ゼリー ビスケット	うどん	ハム	きゅうり もやし トマト オクラ 長葱
4 月	み ど り の 日						
5 火	こ ど も の 日						
6 水	振 替 休 日						
7 木	麦茶 せんべい	青菜 御飯	味噌汁 鶏の葱塩焼き マカロニサラダ (果物)	麦茶 ゼリー せんべい	米 マカロニ マヨネーズ	高野豆腐 鶏肉 ハム 味噌	小葱 長葱 キャベツ きゅうり 人参
8 金	牛乳 ウエハース	ちゃんぽん風あんかけ焼きそば 中華風コーンスープ 竹輪ともやしのカレーサラダ 果物		麦茶 そぼろおにぎり	中華麺 米 マヨネーズ	竹輪 かまぼこ たまご 豚肉	しいたけ 人参 いんげん 玉葱 千金サイ もやし
9 土	牛乳	納豆チャーハン スープ 果物		牛乳 ビスケット きな粉棒	米	納豆 かまぼこ たまご 豆腐	ほうれん草 長葱
11 月	牛乳 ポーロ	御飯	スープ ポークチャップ 大根サラダ (果物)	牛乳 さつまいもち	米 ごま さつま芋 マヨネーズ	豚肉 ハム 牛乳 きな粉 豆腐	小葱 しめじ 大根 きゅうり 人参 玉葱
12 火	牛乳 じゃが芋	御飯	スープ かじきのチーズピカタ きゅうりの酢の物 (果物)	牛乳 サブレ	米 小麦粉 マーガリン	かじき たまご 牛乳 チーズ	玉葱 ほうれん草 キャベツ きゅうり 人参
13 水	麦茶 ウエハース	御飯	野菜スープ 肉団子 もやしの和え物 果物	牛乳 ゼリー せんべい	米 ごま	豚肉 牛乳	キャベツ 玉葱 人参 エリンギ きゅうり もやし
14 木	牛乳 さつま芋	パン	トマトスープ ポテトグラタン 切り干し大根サラダ 果物	麦茶 中華おこわ	パン じゃが芋 米 小麦粉 マーガリン	ベーコン チーズ はん粉 しらす 鶏肉	レタス トマト エリンギ 玉葱 茄子 キャベツ きゅうり
15 金	牛乳 せんべい	御飯	スープ シャーレン豆腐 オクラとトマトの和え物 果物	牛乳 ショートブレッド	米 マーガリン 小麦粉 ごま	豆腐 えび 牛乳 鶏肉	しめじ 人参 オクラ
16 土	牛乳	サラダうどん スープ 果物		牛乳 ゼリー ビスケット	うどん	ハム	きゅうり もやし トマト オクラ 長葱
18 月	麦茶 ポーロ	御飯	味噌汁 鶏の幽庵焼き 小松菜とツナの和え物 (果物)	牛乳 ヨーグルトトースト	米 マヨネーズ 食パン マーガリン	油揚げ ツナ 味噌 ヨーグルト 鶏肉	えのき 小松菜 人参
19 火	牛乳 じゃが芋	パン	麦スープ 魚の唐揚げオニオン・レタス しらたきサラダ 果物	牛乳 ブラウニー	パン 麦 しらたき ケーキミックス じゃが芋	かじき たまご 牛乳 ハム	玉葱 トマト キャベツ
20 水	麦茶 ウエハース	魚介トマトクリームパスタ スープ コールスローサラダ 果物		牛乳 パンプディング	スバゲティ 食パン マヨネーズ マーガリン	生クリーム あさり チーズ たまご	トマト パプリカ 玉葱 大根 キャベツ きゅうり
21 木	麦茶 せんべい	青菜 御飯	味噌汁 鶏の葱塩焼き マカロニサラダ (果物)	麦茶 お好み焼き風蒸しパン	米 マカロニ 小麦粉 マヨネーズ	たまご 鶏肉 味噌 高野豆腐 ハム	小葱 長葱 人参 キャベツ きゅうり
22 金	牛乳 さつま芋	ちゃんぽん風あんかけ焼きそば 中華風コーンスープ 竹輪ともやしのカレーサラダ 果物		麦茶 グリーンピースおにぎり	中華麺 米 マヨネーズ	竹輪 かまぼこ たまご 豚肉 牛乳	しいたけ 人参 いんげん 玉葱 千金サイ もやし
23 土	牛乳	納豆チャーハン スープ 果物		牛乳 ビスケット きな粉棒	米	納豆 かまぼこ たまご 豆腐	ほうれん草 長葱
25 月	牛乳 ポーロ	御飯	スープ ポークチャップ 大根サラダ (果物)	牛乳 小松菜のカップケーキ	マヨネーズ さつま芋 ケーキミックス 米	豚肉 豆腐 ハム 牛乳	しめじ 小葱 きゅうり 玉葱 大根 小松菜 エリンギ
26 火	牛乳 じゃが芋	御飯	スープ たらのチーズピカタ きゅうりの酢の物 (果物)	牛乳 ベルバットクッキー	米 小麦粉 マーガリン	チーズ たら たまご 牛乳	玉葱 ほうれん草 キャベツ きゅうり 人参
27 水	麦茶 ウエハース	御飯	野菜スープ 肉団子 もやしの和え物 果物	牛乳 ゼリー 歌舞伎揚げ	米 ごま	豚肉 牛乳	キャベツ 玉葱 人参 エリンギ きゅうり もやし
28 木	牛乳 さつま芋	チキンピラフ ねばねばスープ 鶏肉のカレーフリッター ポパイサラダ 果物		麦茶 せんべい ヨーグルト	米 小麦粉	鶏肉 たまご 豆腐 ヨーグルト	人参 玉葱 もやし オクラ モロヘイヤ ほうれん草
29 金	牛乳 せんべい	御飯	スープ シャーレン豆腐 オクラとトマトの和え物 果物	牛乳 じゃが芋焼き団子	米 じゃが芋 小麦粉 ごま	えび 鶏肉 豆腐 牛乳 チーズ	しめじ 人参 千金菜 オクラ トマト
30 土	牛乳	焼きそば スープ 果物		牛乳 ゼリー ビスケット	中華麺	豚肉	キャベツ 人参 もやし ピーマン

◎ 納品の都合により献立内容を変更する場合がございます

◎ 砂糖は三温糖を使用しています

◎ 出汁汁はかつおと煮干しからとっています

作成 栄養士 佐藤