

	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	牛乳 さつま芋	御飯	清まし汁 豚肉のすき焼風煮 三色なます (果物)	牛乳 ホワイトボール	米 小麦粉 マーガリン	豚肉 焼き豆腐 牛乳	茄子 えのき 玉葱 大根 人参 白菜 しいたけ しらたき 胡瓜
2 土	牛乳		セレクトおにぎり 具たくさん汁 ヨーグルト	牛乳 セリー ビスケット	米 ビスケット じゃが芋	味噌 牛乳 ヨーグルト	小松菜 豆腐 人参 大根
4 月	牛乳 せんべい	御飯	味噌汁 鶏の香味焼き マカロニサラダ (果物)	牛乳 ツナコーンパン	マカロニ マヨネーズ 米 ケーキミックス	鶏肉 ハム 豆腐 卵 ツナ 油揚げ 牛乳	胡瓜 大根 葱 人参
5 火	麦茶 チーズ		きのこカレーうどん いんげんのごまあえ 果物	牛乳 フルーツきんとん	米 うどん さつま芋 ごま	豚肉 牛乳	えのき 小松菜 人参 いんげん しめじ
6 水	牛乳 じゃが芋		肉みそ納豆丼 清まし汁 大根とツナの和え物 (果物)	牛乳 セリー ビスケット	米 ごま油 マヨネーズ ビスケット	鶏肉 味噌 納豆 油揚げ ツナ	玉葱 人参 葱 しめじ 小松菜 えのき 大根 胡瓜
7 木	麦茶 ウエハース	御飯	おかず汁 鮭の西京焼き ごぼうと胡瓜の和え物 果物	牛乳 豆腐ガトーショコラ	米 ごま油 米粉 マヨネーズ	豆腐 鶏肉 油揚げ 牛乳 ベーコン 味噌 鮭 豆乳	ごぼう 玉葱 えのき 人参 胡瓜
8 金	牛乳 さつま芋	御飯	白菜のミルクスープ ミートローフ れんこんのマリネ (果物)	牛乳 ヨーグルトトースト	米 食パン マーガリン	ヨーグルト 鶏肉 豆乳 ベーコン 牛乳 味噌	白菜 人参 玉葱 レンコン
9 土	牛乳		ピラフ カレーポトフ 果物	牛乳 セリー せんべい	米 じゃが芋	鶏肉	キャベツ 人参 玉葱 ブロッコリー
11 月	牛乳 せんべい	御飯	味噌汁 鶏肉のマーメレード焼き キャベツとパインのサラダ (果物)	牛乳 粉ふき芋	米 じゃが芋	鶏肉 味噌 牛乳	小松菜 玉葱 胡瓜 キャベツ
12 火	麦茶 チーズ	御飯	味噌汁 豚肉と野菜のカレー炒め 胡瓜の中華風サラダ (果物)	牛乳 アップルパイ	米 麩 春雨 パイシート	豚肉 ハム	玉葱 人参 大根 胡瓜 しめじ ピーマン もやし
13 水	牛乳 じゃが芋	パン	豆乳汁 厚焼き卵 ブロッコリーの黒ゴマサラダ	牛乳 ミニパフェ	コーンフレーク 南瓜 クロワッサン カステラ	あさり ツナ 豆乳 卵 ヨーグルト ホイップ	ブロッコリー 胡瓜 人参 青梗菜 玉葱 葱
14 木	麦茶 ウエハース	御飯	豚汁 カレイの磯焼き 切干大根の旨煮 (果物)	牛乳 揚げパン	米 ロールパン さつま芋	豚肉 豆腐 油揚げ きな粉 牛乳 竹輪	大根 人参 しいたけ いんげん こんにゃく
15 金	牛乳 さつま芋		豚丼 わかめ汁 ちくわのカレー焼き 果物	麦茶 ヨーグルトあえ	米	豚肉 竹輪 ヨーグルト	玉葱 小松菜 えのき 人参 大根
16 土	牛乳		きのこカレーうどん さつま芋のオレンジ煮 果物	牛乳 セリー ビスケット	米 うどん さつま芋	豚肉	しいたけ しめじ えのき 小松菜 人参 葱
18 月	牛乳 せんべい	御飯	中華スープ 油淋鶏風 きくらげと胡瓜のナムル (果物)	牛乳 ヨーグルトトースト	米 さつま芋 上新粉 春雨 ごま油	鶏肉 豆腐 牛乳 きな粉 牛乳 竹輪	人参 葱 胡瓜 キャベツ
19 火	麦茶 チーズ		ラーメン 粉ふき芋 果物	麦茶 栗おこわ	中華麺 米 もち米 じゃが芋 ごま油	豚肉	栗 キャベツ もやし いら しめじ 人参
20 水	牛乳 じゃが芋	しらす 御飯	おかず汁 カレイの煮つけ 胡瓜ともやしの酢の物 (果物)	麦茶 プリン せんべい	米	カレイ 豆腐 しらす 牛乳	人参 なす 玉葱 えのき もやし 胡瓜
21 木	麦茶 ウエハース		三色そぼろ御飯 清まし汁 大根とツナの和え物 (果物)	牛乳 りんごのコンポート	米 里芋 マヨネーズ	ツナ 油揚げ 鶏肉 牛乳 高野豆腐 ヨーグルト 卵	人参 ほうれん草 大根 胡瓜
22 金	牛乳 さつま芋	御飯	スープ ハンバーグ れんこんのマリネ (果物)	牛乳 セサミトースト	米 卵 パン粉 マーガリン 食パン	豚肉 卵	白菜 えのき 玉葱 人参 レンコン
23 土	牛乳		ピラフ カレーポトフ 果物	牛乳 セリー せんべい	米 白玉粉 米粉 じゃが芋	鶏肉 大豆	玉葱 人参 切干大根 ブロッコリー
25 月	牛乳 せんべい		豚肉の甘みそ丼 清まし汁 さつま芋のレモン煮 (果物)	牛乳 じゃこパン	米 ケーキミックス マヨネーズ さつま芋	豚肉 豆腐 卵 牛乳 しらす 味噌	玉葱 青梗菜 ハブリカ 葱
26 火	麦茶 チーズ	きのこ 御飯	味噌汁 しいたけのゴマ焼き 小松菜のしらす和え (果物)	牛乳 チーズスティックパイ	米 パイシート	しいたけ しらす 味噌 牛乳 チーズ	玉葱 青梗菜 人参 キャベツ しめじ しいたけ えのき 小松菜
27 水	牛乳 じゃが芋	御飯	味噌汁 擬製豆腐 ブロッコリーの黒ゴマサラダ 果物	牛乳 スイートポテト	米 マーガリン さつま芋	竹輪 豆腐 卵	玉葱 なす 人参 葱 しめじ ブロッコリー
28 木	麦茶 ウエハース	御飯	清まし汁 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根の旨煮 (果物)	牛乳 ラスク	米 麩 マーガリン	鮭 牛乳 油揚げ	人参 いんげん 小松菜 キャベツ しめじ
29 金	牛乳 さつま芋		海鮮あんかけ焼きそば オクラスープ 南瓜サラダ 果物	麦茶 さつま芋おにぎり	米 さつま芋 南瓜 中華麺 マヨネーズ	豚肉 えび いか ハム	オクラ 人参 玉葱 もやし キャベツ いら 胡瓜
30 土	牛乳		てりやき野菜丼 五目汁 果物	牛乳 セリー ビスケット	米 里芋 マカロニ	きな粉 牛乳 鶏肉 油揚げ	もやし キャベツ 大根 ごぼう 葱 人参

◎ 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

※ 10月2日(土)は運動会を予定しております

栄養士 山崎