



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	土	ごはん 野菜スープ 豚肉とアスパラの中華炒め 春雨の中華和え	ゆかりおむすび ほうじ茶	ぶた肉	精白米・調合油・砂糖・片栗粉・ごま油・はるさめ・いりごま	たまねぎ・にんじん・はくさい・しめじ・しょうが・きゅうり・コーン缶・ゆかりこ
3	月	春色3色ずし チンゲン菜とコーンのスープ チーズベーコンコロケ 菜の花のお浸し	春色蒸しケーキ 牛乳	でんぷ・ベーコン・ピザ用チーズ・ツナ・鶏卵・乳飲料(牛乳)・冷凍ホイップ	精白米・いりごま・砂糖・チルドポテト・ソフトマーガリン・薄力粉・生パン粉・調合油・ホットケーキミックス	あおのり・にんじん・チンゲンサイ・コーン缶・むきえだまめ・たまねぎ・トマトケチャップ・なのはな・ほうれんそう・いちごジャム
4	火	きのこハヤシライス たまごサラダ バナナ	つぶつぶみかんゼリー 牛乳	鶏卵・乳飲料(牛乳)	精白米・調合油・ハヤシルウ・マヨネーズ・砂糖	たまねぎ・にんじん・しめじ・エリンギ・えのきたけ・マッシュルーム水煮・グリーンピース・トマトホール缶・キャベツ・きゅうり・バナナ・アガー・オレンジジュース
5	水	ごはん じゃが芋とわかめのみそ汁 鶏肉の照り焼き ショートパスタのカレーマヨ和え	お誕生日ケーキ 牛乳	無添加こうじみそ・鶏肉・乳飲料(牛乳)・鶏卵・冷凍ホイップ	精白米・じゃがいも・砂糖・調合油・ツイストマカロニ・マヨネーズ・カレー粉・ホットケーキミックス・無塩バター	わかめ・にんじん・きゅうり・コーン缶・みかん缶・パインアップル缶
6	木	ごはん ほうれん草のみそ汁 サバの塩焼き 大豆とひじきの煮物	フライドポテト 牛乳	無添加こうじみそ・さば・大豆水煮・焼き竹輪・乳飲料(牛乳)	精白米・おつゆふ・調合油・砂糖・皮つきポテトフライ	ほうれんそう・ひじき・にんじん・むきえだまめ
7	金	パン 豆乳スープ イタリア風肉団子 ポテトサラダ	昆布おむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・調整豆乳・合ミンチ・鶏ミンチ・大豆ミート・絹ごし豆腐	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・生パン粉・片栗粉・調合油・チルドポテト・マヨネーズ・精白米	たまねぎ・えのきたけ・しめじ・にんじん・マッシュルーム水煮・青ピーマン・トマトケチャップ・ミックスペジタブル・塩昆布
8	土	ごはん 絹揚げとえのきのみそ汁 肉じゃが ほうれん草ともやしのとえ物	抹茶ラスク 牛乳	絹揚げ・無添加こうじみそ・ぶた肉・スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)	精白米・じゃがいも・しらたき・調合油・砂糖・ごま油・強力粉・ソフトマーガリン・有塩バター・グラニュー糖	えのきたけ・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・りょくとうもやし・ほうれんそう・しょうが
10	月	カレーうどん きんぴらごぼう パインアップル ヤクルト	わたがし ほうじ茶	鶏ミンチ・大豆ミート	ゆでうどん・砂糖・カレールウ・片栗粉・しらたき・調合油・ごま油・いりごま・ヤクルト・色いろざらめ糖・五色つぶあられ・カラースプレーチョコ	たまねぎ・にんじん・ごぼう千切り・水煮レンコン・絹さや・パインアップル缶
11	火	ごはん 中華スープ 八宝菜 海藻サラダ	ココア蒸しケーキ 牛乳	ぶた肉・蒸しかまぼこ・かにかまぼこ・乳飲料(牛乳)・鶏卵	精白米・いりごま・ごま油・調合油・砂糖・片栗粉・ホットケーキミックス	わかめ・白葱・はくさい・たまねぎ・にんじん・コーン缶・むきえだまめ・しいたけ・キャベツ・きゅうり・炊き込みわかめ
12	水	パン さつま芋クリームシチュー ウイナー&キャベツソテー オレンジ	プリン ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・鶏肉・ウイナーソーセージ	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・さつまいも・調合油・クリームシチューの素・カレー粉	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・トマトケチャップ・キャベツ・オレンジ
13	木	オムライス コーンスープ プチミートスパゲティ みかん	プチメロンパン 牛乳	鶏卵・乳飲料(牛乳)・鶏ミンチ・大豆ミート・コンデンスミルク	精白米・ソフトマーガリン・調合油・スパゲティ・砂糖・強力粉・ソフトマーガリン・無塩バター・薄力粉	たまねぎ・ミックスペジタブル・トマトケチャップ・ブロッコリー・コーンスープ(粉末)・パセリ・にんじん・トマトホール缶・みかん缶
14	金	ごはん 貝だくさん汁(すまし汁) 鶏のからあげ マカロニサラダ	フルーツヨーグルト ほうじ茶	鶏肉・プレーンヨーグルト	精白米・しらたき・片栗粉・調合油・マカロニ(乾)・マヨネーズ・砂糖	だいこん・しめじ・ごぼう・にんじん・青葱・しょうが・きゅうり・コーン缶・みかん缶・キウイフルーツ・バナナ
15	土	卒園式のため 給食・おやつ提供無し				



日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17 月	みそラーメン 鶏むね肉と胡瓜のごま和え 黄桃 ヤクルト	ソフトクッキー 牛乳	なると・無添加こうじみそ・ 鶏肉・乳飲料(牛乳)	中華めん・砂糖・ごま油・ねり ごま・いりごま・ヤクルト・薄 力粉・ソフトマーガリン	わかめ・りょくとうもやし・キャベ ツ・きゅうり・コーン缶・黄桃缶
18 火	こくうまひき肉カレーライス スパゲティサラダ キウイ	フルーツパフェ 牛乳	鶏ミンチ・大豆ミート・鶏 卵・冷凍ホイップ・乳飲料 (牛乳)	精白米・じゃがいも・調合油・ カレールウ・スパゲティ・砂 糖・薄力粉・生パン粉・無塩パ ター	たまねぎ・にんじん・きゅうり・キ ウイフルーツ・フルーツカクテル缶
19 水	ごはん 大根とえのきのおすまし サバのみそ煮 切り干し大根の煮物	フチあんぱん 牛乳	さば・甘みそ・淡色辛みそ・ 揚げ・乳飲料(牛乳)・鶏 卵・つぶしあん	精白米・砂糖・調合油・強力 粉・ソフトマーガリン	だいこん・えのきたけ・しょうが・ 切干しだいこん・にんじん・いんげ ん
21 金	パン オニオンスープ チキンカツ ちくわのマヨ和え	わかめおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・鶏 肉・焼き竹輪・かにかまぼこ	強力粉・砂糖・ソフトマーガリ ン・薄力粉・生パン粉・調合 油・マヨネーズ・精白米	たまねぎ・パセリ・キャベツ・かい われ・炊き込みわかめ
22 土	ごはん 白菜と揚げのみそ汁 白身魚の生姜煮 れんこん金平	きな粉ラスク 牛乳	揚げ・無添加こうじみそ・赤 魚・さつま揚げ・スキムミル ク・鶏卵・きな粉・乳飲料 (牛乳)	精白米・砂糖・ごま油・いりご ま・強力粉・ソフトマーガリ ン・有塩バター・調合油・グラ ニュー糖	はくさい・しょうが・水煮レンコ ン・にんじん・絹さや
24 月	塩焼きそば 玉ねぎとわかめのみそ汁 揚げじゃがとブロッコリーのツナ和え ヤクルト	パンケーキ(メープルシロップ) 牛乳	ふた肉・無添加こうじみそ・ ツナ・乳飲料(牛乳)	焼きそば麺・調合油・砂糖・チ ルドポテト・ヤクルト・ホット ケーキミックス・メープルシ ロップ・ソフトマーガリン	キャベツ・にんじん・たまねぎ・あ おのり・わかめ・ブロッコリー
25 火	ごはん 豆乳みそ汁 照り焼き豆腐ハンバーグ 根菜とひじきの和え物	フチクリームパン 牛乳	揚げ・調整豆乳・無添加こう じみそ・合ミンチ・鶏ミン チ・大豆ミート・絹ごし豆 腐・乳飲料(牛乳)・鶏卵・ 卵黄	精白米・生パン粉・調合油・砂 糖・片栗粉・ごま油・強力粉・ ソフトマーガリン・薄力粉・無 塩バター	にんじん・しめじ・たまねぎ・青 葱・ひじき・水煮レンコン・ごぼう 千切り・コーン缶・きゅうり
26 水	パン トマトオニオンスープ ベーコンマカロニグラタン 和風ポテトサラダ	コーンおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・ベー コン・ピザ用チーズ・かつお 節	強力粉・砂糖・ソフトマーガリ ン・マカロニ(乾)・薄力粉・ チルドポテト・マヨネーズ・精 白米・調合油	たまねぎ・にんじん・トマトホール ン・トマトケチャップ・コーン缶・む きえだまめ
27 木	ごはん たまごスープ マーボー春雨 チョレギサラダ	揚げパン 牛乳	鶏卵・大豆ミート・赤色辛み そ・ふたミンチ・乳飲料(牛 乳)	精白米・片栗粉・ごま油・砂 糖・はるさめ・調合油・いりご ま・強力粉・ソフトマーガリン	青葱・たまねぎ・にんじん・レタ ス・きゅうり・かいわれ
28 金	ごはん 豆腐のみそ汁 白身魚のフライ 切干大根の中華和え	フルーツボンチ 牛乳	絹ごし豆腐・無添加こうじみ そ・メルルーサ・ローズハ ム・乳飲料(牛乳)	精白米・薄力粉・生パン粉・調 合油・砂糖・ごま油・いりごま	わかめ・青葱・切干しだいこん・に んじん・きゅうり・コーン缶・フ ルーツカクテル缶・みかん缶・キウ イフルーツ・バナナ・りんごジュ ース
29 土	ごはん 玉ねぎと揚げのみそ汁 鶏むね肉の香味焼き 高野豆腐の煮物	ジャムサンド 牛乳	揚げ・無添加こうじみそ・鶏 肉・高野豆腐・スキムミル ク・鶏卵・乳飲料(牛乳)	精白米・調合油・砂糖・ごま 油・さといも・強力粉・ソフト マーガリン	たまねぎ・白葱・しょうが・にんじ ん・いんげん・いちごジャム
31 月	きつねうどん ほうれん草のお浸し フルーツミックス ヤクルト	14:00までの保育の為 午後おやつ提供無し	揚げ・蒸しかまぼこ・焼き竹 輪・かつお節	ゆでうどん・砂糖・ヤクルト	青葱・ほうれん草・にんじん・ コーン缶・フルーツカクテル缶・み かん缶

※ 食材の入荷の都合上、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。