



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	火	お粥 豆乳スープ 鶏むね肉の西京焼き 高野豆腐のサラダ	黄桃ヨーグルト ほうじ茶 スイートポテト 牛乳	プレーンヨーグルト・調整豆乳・鶏むね肉・甘みそ・高野豆腐・かにかまぼこ・乳飲料(牛乳)・生クリーム・鶏卵	砂糖・精白米・調合油・ごま油・さつまいも・ソフトマーガリン	黄桃缶・たまねぎ・えのきたけ・しめじ・にんじん・コーン缶・かいわれ
2	水	お粥 豆腐のみそ汁 白身魚の香味焼き 切り干し大根の煮物	ココア米粉ビスケット 牛乳 フルーツパフェ 牛乳	乳飲料(牛乳)・絹ごし豆腐・無添加こうじみそ・めばる・揚げ・鶏卵・冷凍ホイップ	米粉・ソフトマーガリン・砂糖・精白米・調合油・ごま油・薄力粉・生パン粉・無塩バター	わかめ・青葱・白葱・しょうが・切干しだいこん・にんじん・いんげん・フルーツカクテル缶・キウイフルーツ
3	木	パン さつま芋クリームシチュー ウインナー&キャベツソテー パインアップル	ミルクゼリー(アガー) 牛乳 炊き込みひじきおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・生クリーム・鶏卵・鶏もも肉・ウインナーソーセージ・揚げ	砂糖・強力粉・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・精白米	アガー・たまねぎ・にんじん・フロッコリー・トマトケチャップ・キャベツ・パインアップル缶・ひじき
4	金	お粥 ほうれん草のみそ汁 鶏の竜田焼き 根菜とひじきの和え物	しらす炒り大豆 ほうじ茶 プチクリームパン 牛乳	大豆水煮・しらす干し・無添加こうじみそ・鶏むね肉・乳飲料(牛乳)・鶏卵・卵黄	調合油・砂糖・精白米・お豆腐・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	ほうれん草・しょうが・ひじき・水煮レンコン・ごぼう千切り・コーン缶・きゅうり・にんじん
5	土	お粥 じゃが芋のみそ汁 サバの照り焼き ビーフンの中華和え	チーズさつま芋 ほうじ茶 ジャムサンド 牛乳	ピザ用チーズ・無添加こうじみそ・さば・ロースハム・スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)	さつまいも・調合油・精白米・じゃがいも・砂糖・ビーフン・ごま油・いりごま・強力粉・ソフトマーガリン	えのきたけ・わかめ・きゅうり・にんじん・いちごジャム
7	月	ミートスパゲティ コーンスープ 揚げじゃがとフロッコリーのツナ和え ヤクルト	青のりラスク 牛乳 菜めしおむすび ほうじ茶	スキムミルク・鶏卵・乳飲料(牛乳)・鶏ミンチ・大豆ミート・ツナ	強力粉・砂糖・ソフトマーガリン・有塩バター・調合油・スパゲティ・チルドポテト・ヤクルト・精白米	あおのり・たまねぎ・にんじん・トマトホール缶・トマトケチャップ・コーンスープ(粉末)・パセリ・フロッコリー・菜めしの素
8	火	お粥 具だくさん汁(すまし汁) 魚のちゃんちゃん焼き かぼちゃのそぼろ煮	りんごゼリー ほうじ茶 紅茶ケーキ 牛乳	めばる・甘みそ・淡色辛みそ・鶏ミンチ・大豆ミート・乳飲料(牛乳)・鶏卵	砂糖・精白米・しらす・調合油・片栗粉・ホットケーキミックス・無塩バター	アガー・リンゴジュース・だいこん・しめじ・ごぼう・にんじん・青葱・キャベツ・たまねぎ・かぼちゃ
9	水	お粥 きのこのこくうまひき肉カレースープ たまごサラダ オレンジ	こひき芋 ほうじ茶 お誕生日ケーキ 牛乳	鶏ミンチ・大豆ミート・鶏卵・乳飲料(牛乳)・冷凍ホイップ	じゃがいも・精白米・調合油・カレールウ・マヨネーズ・砂糖・ホットケーキミックス・無塩バター	たまねぎ・にんじん・しめじ・えのきたけ・エリンギ・マッシュルーム水煮・キャベツ・きゅうり・オレンジ・みかん缶・パインアップル缶
10	木	お粥 コーン中華スープ マーボー豆腐 春雨の中華和え	メープルヨーグルト ほうじ茶 フライドポテト 牛乳	プレーンヨーグルト・絹ごし豆腐・ふたミンチ・大豆ミート・赤色辛みそ・乳飲料(牛乳)	メープルシロップ・精白米・いりごま・ごま油・砂糖・調合油・片栗粉・はるさめ・皮つきポテトフライ	コーン缶・白葱・たまねぎ・にんじん・青葱・きゅうり
11	金	パン 野菜スープ チキンのパン粉焼き ショートパスタのカレーマヨ和え	黒ごま米粉ビスケット 牛乳 ゆかりおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・鶏むね肉	ごま・米粉・ソフトマーガリン・砂糖・強力粉・薄力粉・生パン粉・調合油・ツイストマカロニ・マヨネーズ・カレー粉・精白米	たまねぎ・にんじん・はくさい・きゅうり・コーン缶・ゆかりこ
12	土	運動会の為 給食・おやつ提供無し				
15	火	お粥 大根とちくわのみそ汁 サバの塩焼き 高野豆腐の煮物	ツナ大豆 ほうじ茶 きな粉揚げパン 牛乳	大豆水煮・ツナ・焼き竹輪・無添加こうじみそ・さば・高野豆腐・乳飲料(牛乳)・鶏卵・きな粉	砂糖・精白米・調合油・さといも・強力粉・ソフトマーガリン	だいこん・にんじん・いんげん
16	水	パン チキンスープ さつま芋グラタン キャベツとハムのコースロー	人参米粉ビスケット 牛乳 鮭ゴマおむすび ほうじ茶	乳飲料(牛乳)・鶏卵・ピザ用チーズ・ロースハム・鮭フレーク	米粉・ソフトマーガリン・砂糖・強力粉・マカロニ(乾)・さつまいも・薄力粉・マヨネーズ・精白米・いりごま	にんじん・キャベツ・たまねぎ・きゅうり・コーン缶



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	木	お粥 ミネストローネ 鶏肉の照り焼き 切り干し大根サラダ	みそ炒り大豆 ほうじ茶 フルーツゼリー (アガー) 牛乳	大豆水煮・淡色辛みそ・ベーコン・鶏もも肉・ロースハム・乳飲料 (牛乳)	砂糖・精白米・じゃがいも・ソフマーガリン・調合油・ごま油・いりごま	にんじん・たまねぎ・トマトホール缶・トマトケチャップ・切干しだいこん・きゅうり・コーン缶・黄桃缶・みかん缶・アガー・リンゴジュース
18	金	お粥 玉ねぎとわかめのみそ汁 白身魚の竜田焼き 和風ポテトサラダ	みかんヨーグルト ほうじ茶 プチあんぱん 牛乳	プレーンヨーグルト・無添加ことうじみそ・メルルーサ・かつお節・乳飲料 (牛乳)・鶏卵・つぶしあん	砂糖・精白米・片栗粉・調合油・チルドポテト・マヨネーズ・強力粉・ソフマーガリン	みかん缶・たまねぎ・わかめ・しょうが・にんじん・コーン缶・むきえだまめ
19	土	お粥 小松菜のみそ汁 筑前煮 ひじきと大豆のサラダ	チーズかぼちゃ ほうじ茶 抹茶蒸しケーキ 牛乳	ピザ用チーズ・無添加ことうじみそ・鶏もも肉・大豆水煮・焼き竹輪・乳飲料 (牛乳)・鶏卵	調合油・精白米・おつゆふ・さといも・こんにやく・砂糖・ホットケーキミックス	かぼちゃ・こまつな・ごぼう・水煮レンコン・だいこん・にんじん・しいたけ・いんげん・ひじき・コーン缶・むきえだまめ
21	月	しょうゆらーめん 鶏むね肉と胡瓜のごま和え みかん ヤクルト	シュガーラスク 牛乳 夕焼けおむすび ほうじ茶	スキムミルク・鶏卵・乳飲料 (牛乳)・なると・鶏むね肉	強力粉・砂糖・ソフマーガリン・有塩バター・調合油・グラニュー糖・中華めん・ごま油・ねりごま・いりごま・ヤクルト・精白米	わかめ・青葱・キャベツ・きゅうり・コーン缶・みかん缶・にんじん
22	火	お粥 きのこハヤシシチュー ひじき入りポテトサラダ バナナ	りんごゼリー 牛乳 さつま芋天ぷら 牛乳	乳飲料 (牛乳)	砂糖・精白米・調合油・ハヤシルウ・チルドポテト・マヨネーズ・さつまいも・天ぷら粉	アガー・リンゴジュース・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・ひじき・コーン缶・むきえだまめ・バナナ
23	水	パン 秋野菜スープ 根菜入り和風ハンバーグ スパゲティサラダ	青のりポテト 牛乳 昆布おむすび ほうじ茶	乳飲料 (牛乳)・鶏卵・合ミンチ・鶏ミンチ・大豆ミート・絹ごし豆腐	じゃがいも・調合油・強力粉・砂糖・ソフマーガリン・さといも・生パン粉・片栗粉・スパゲティ・精白米	あおのり・にんじん・だいこん・しめじ・水煮レンコン・ごぼう千切り・たまねぎ・きゅうり・塩昆布
24	木	お粥 たまごスープ 八宝菜 海藻サラダ	きな粉米粉ビスケット 牛乳 つぶつぶみかんゼリー ほうじ茶	乳飲料 (牛乳)・きな粉・鶏卵・ふた肉・かまぼこ・かにかまぼこ	米粉・ソフマーガリン・砂糖・精白米・片栗粉・ごま油・調合油・いりごま	青葱・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・アガー・オレンジジュース・みかん缶
25	金	お粥 大根としめじのみそ汁 焼き魚の香味ソースがけ ほうれん草のお浸し	シヤムヨーグルト ほうじ茶 あんクリームサンド 牛乳	プレーンヨーグルト・無添加ことうじみそ・めばる・焼き竹輪・かつお節・スキムミルク・鶏卵・冷凍ホイップ・つぶしあん・乳飲料 (牛乳)	砂糖・精白米・片栗粉・調合油・ごま油・強力粉・ソフマーガリン	いちごシヤム・だいこん・しめじ・白葱・しょうが・ほうれん草・にんじん・コーン缶
26	土	お粥 白菜のみそ汁 豚肉とアスパラの中華炒め 白菜とハムのごま和え	こぶき芋 ほうじ茶 マールカオ 牛乳	無添加ことうじみそ・ふた肉・ロースハム・鶏卵・乳飲料 (牛乳)・冷凍ホイップ	じゃがいも・精白米・調合油・砂糖・片栗粉・ごま油・いりごま・ホットケーキミックス	はくさい・わかめ・にんじん・たまねぎ・しめじ・しょうが・コーン缶
28	月	カレーうどん 五目きんぴら フルーツミックス ヤクルト	メーブルラスク 牛乳 わかめおむすび ほうじ茶	スキムミルク・鶏卵・乳飲料 (牛乳)・鶏ミンチ・大豆ミート・焼き竹輪	強力粉・砂糖・ソフマーガリン・有塩バター・調合油・メーブルシロップ・ゆでうどん・カレールウ・片栗粉・しらたき・ごま油・ヤクルト・精白米	たまねぎ・にんじん・水煮レンコン・ごぼう千切り・絹さや・フルーツカクテル缶・みかん缶・炊き込みわかめ
29	火	パン ブラウンシチュー マカロニサラダ キウイ	かぼちゃ米粉ビスケット 牛乳 チキン味ポテトフライ ほうじ茶	乳飲料 (牛乳)・鶏卵・ふた肉	米粉・ソフマーガリン・砂糖・強力粉・じゃがいも・調合油・デミグラスソース・マカロニ (乾)・マヨネーズ・皮つきポテトフライ	かぼちゃ・たまねぎ・えのきたけ・エリンギ・にんじん・グリーンピース・トマトホール缶・きゅうり・コーン缶・キウイフルーツ
30	水	お粥 臭たくさん汁 (すまし汁) サバのみそ煮 大豆とひじきの煮物	きな粉バナナ 牛乳 ココア蒸しケーキ 牛乳	きな粉・乳飲料 (牛乳)・さば・甘みそ・淡色辛みそ・大豆水煮・焼き竹輪・鶏卵	砂糖・精白米・しらたき・調合油・ホットケーキミックス	バナナ・だいこん・しめじ・ごぼう・にんじん・青葱・しょうが・ひじき・むきえだまめ
31	木	おばけバーガー 添え野菜&フライドポテト さつまいものポターージュ 器ごと食べれるパンピングラタン	ヨーグルト ほうじ茶 紅いもケーキ 牛乳	プレーンヨーグルト・スキムミルク・鶏卵・ロースハム・スライスチーズ・乳飲料 (牛乳)・ウイナーソーセージ・調整豆乳・冷凍ホイップ	砂糖・強力粉・ソフマーガリン・マヨネーズ・カレー粉・皮つきポテトフライ・調合油・さつまいも・パン耳・きょうざの皮・米粉・ホットケーキミックス	キャベツ・寿司のり・トマトケチャップ・プロッコリー・たまねぎ・かぼちゃ・にんじん・むきえだまめ

※ 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。