



		朝のおやつ		昼 食				3時のおやつ	
日付	曜日	幼児	乳児	主 食	主 菜	汁 物		デザート	幼児・乳児
1	木	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ごはん(精白米・押麦)	ちらし寿司 (精白米、塩、三温糖、酢、結び昆布、人参、油揚げ、かまぼこ、筍、醤油、みりん、三温糖、鰹糸佃、菜の花、鮭フレーク)	がんもの煮物 (がんも、大根、隠元、醤油、みりん、三温糖)		すまし汁 (まり菜・三つ葉)	いちご 春色クッキー (バター、三温糖、卵、小麦粉、食紅(赤)、アザラン)
2	金	麦茶	牛乳 マリー	ごはん(精白米・押麦)	カジキのお好み焼き (カジキ、お好み焼きソース、マヨネーズ、かつお節、青のり)	たけのこの煮物 (筍、人参、隠元、醤油、みりん)	あられサラダ (レタス、胡瓜、お茶漬け用あられ、昆布末、めんつゆ、刻みのり)	味噌汁 (しめじ・小松菜)	ウインナーパン
3	土	麦茶	牛乳 星食べよう	ごはん(精白米・押麦)	照りマヨ丼 (精白米、押麦、鶏もも肉、しめじ、玉葱、醤油、みりん、三温糖、マヨネーズ)	コンソメスープ (キャベツ、人参、もやし、ウインナー、南瓜、コンソメ、醤油、塩、パセリ)		オレンジ	カップチーズケーキ (クリームチーズ、卵、三温糖、ムーンライト)
5	月	麦茶 キャンディチーズ	牛乳 チーズ	ごはん(精白米・押麦)	カレイの西京焼き (カレイ、味噌、酒、みりん、三温糖)	きんぴらごぼう (ごぼう、人参、醤油、みりん、三温糖、ごま油、ごま)	納豆和え (納豆、ほうれん草、もやし、めんつゆ)	すまし汁 (長葱・大根)	ポップコーン・りんご (とうもろこしの種、バター、醤油、油)(りんご)
6	火	麦茶	牛乳 ウエハース	ごはん(精白米・押麦)	ハンバーグ (鶏ひき肉、豚ひき肉、玉葱、卵、パン粉、牛乳、スキムミルク、塩、ケチャップ)	コーンポテト	ピンクグレープフルーツのサラダ (ピンクグレープフルーツ、レタス、卵パプリカ、胡瓜、レタス、酢、三温糖、塩)	鶏ガラスープ (人参・エリンギ)	幼児：ジャムサンド(わらべロール・いちごジャム) 幼児：抹茶ブレッド
7	水	麦茶	牛乳 チョイス	ごはん(精白米、海老、じゃが芋、人参、玉葱、カレールウ、スキムミルク、油)	カレーライス	コールドソーサラダ (キャベツ、ベーコン、赤パプリカ、コーン缶、酢、マヨネーズ、スキムミルク)		バナナ	ホットケーキ (ホットケーキミックス、三温糖、牛乳、スキムミルク、マーガリン、メープルシロップ)
8	木	麦茶 キャンディチーズ	牛乳 チーズ	ごはん(精白米、鶏ひき肉、ミックスベジタブル、玉葱、ピーマン、トマト缶、ケチャップ、三温糖、コンソメ、中華ソース、小麦粉、油)	ミートソーススパゲティ	ブロッコリーのグリル (ブロッコリー、しめじ、ベーコン、コンソメ、塩、バジル、オリーブ油)		バナナ	ピピン風ご飯 (精白米、豚ひき肉、人参、小松菜、もやし、中華味、醤油、塩、ごま、ごま油)
9	金	麦茶	牛乳 ウエハース	ごはん(精白米・押麦)	はんぺんのたらマヨ (はんぺん、たらこ、マヨネーズ、スキムミルク)	アスパラガスのソテー (アスパラガス、えのき、玉葱、コンソメ、塩、バター)	シーザーサラダ (レタス、胡瓜、クルトン、ヨーグルト、酢、三温糖、粉チーズ)	カレー風味スープ (ほうれん草・南瓜)	コーンパン
10	土	麦茶	牛乳 ムーンライト	ごはん(精白米・押麦)	麻婆麺 (中華麺、豆腐、豚ひき肉、長葱、味噌、醤油、みりん、酒、にんにく、片栗粉、ごま油)	切干大根の中華サラダ (切干大根、人参、胡瓜、小葱、醤油、酢、三温糖、ごま油、刻みのみり)		デコボン	鮭と大葉のおにぎり (精白米、鮭フレーク、大葉、ごま、醤油、塩、海苔)
12	月	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ごはん(精白米・押麦)	ポークチャップ (豚小間肉、玉葱、ケチャップ、醤油、ウスターソース、バター)	マカロニソテー (マカロニ、人参、しめじ、コンソメ、塩)	ブロッコリーのヨーグルトソース (ブロッコリー、卵パプリカ、ヨーグルト、三温糖、酢、にんにく、オリーブ油)	コンソメスープ (えのき・コーン缶)	アイスクリーム・ウエハース
13	火	麦茶	牛乳 ウエハース	ごはん(精白米・押麦)	鶏肉のパン粉焼き (鶏もも肉、パン粉、塩、パセリ、オリーブ油)	かぶの洋風煮 (かぶ、かぶの葉、人参、コンソメ、片栗粉)	スナッフエンドウのごまマヨサラダ (スナッフエンドウ、卵パプリカ、ごま、マヨネーズ、スキムミルク、ボン酢)	コンソメスープ (クリームコーン缶・牛乳・クルトン)	キャラメルブレッド
14	水	麦茶	牛乳 マリー	ごはん(精白米・押麦)	豆腐とじゃが芋のグラタン (木綿豆腐、玉葱、じゃが芋、ホワイトソース缶、コンソメ、塩、スキムミルク、牛乳、パン粉、チーズ、パセリ)	人参のツナ炒め (人参、白海苔、ツナ、醤油、みりん、油)	トマトのマリネ (トマト、胡瓜、パセリ、酢、三温糖、塩)	鶏ガラスープ (アスパラガス・もやし)	まんまるドーナツ (ホットケーキミックス、白玉粉、三温糖、油、水、グラニュー糖)
15	木	麦茶 キャンディチーズ	牛乳 星食べよう	ごはん(精白米・押麦)	春キャベツの味噌炒め (春キャベツ、鶏肉ソーセージ、人参、玉葱、ピーマン、味噌、醤油、三温糖、みりん、酒)	南瓜の煮物 (南瓜、醤油、みりん、三温糖)	たくあんサラダ (レタス、胡瓜、たくあん、マヨネーズ、スキムミルク)	中華スープ (春雨・ニラ)	チャーチャー麺 (中華麺、鶏ひき肉、長葱、味噌、醤油、しょうが、にんにく、みりん、三温糖)
16	金	麦茶	牛乳 ウエハース	ごはん(精白米・押麦)	から揚げ (鶏もも肉、にんにく、しょうが、醤油、ごま油、りんご、片栗粉、小麦粉、油)	ひじきの煮物 (ひじき、人参、油揚げ、醤油、みりん、三温糖)	大根サラダ (大根、胡瓜、酢、三温糖、醤油、ごま、ごま油)	コンソメスープ (カリフラワー・菜の花)	アスパラベーコンパン
17	土	麦茶	牛乳 チョイス	ごはん(精白米、豚小間肉、人参、青梗菜、玉葱、さくらげ、中華味、醤油、みりん、酒、ごま油、片栗粉)	中華丼	中華スープ (わかめ、卵、レタス、舞茸、中華味、醤油、塩、ごま油)		バナナ	桃ゼリー・ぱりんこ (桃ジュース、ゼラチン、三温糖)
19	月	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ごはん(精白米・押麦)	厚揚げ麻婆 (厚揚げ、豚ひき肉、長葱、味噌、醤油、三温糖、中華味、ごま油)	ニラチーズチヂミ (ニラ、チーズ、小麦粉、片栗粉、醤油、三温糖、ごま油)	ナムル (チンゲンサイ、人参、豆もやし、醤油、塩、ごま油、ごま)	鶏ガラスープ (水菜・さつま芋)	天かすと塩昆布の混ぜご飯 (精白米、天かす、塩昆布、ごま、めんつゆ、小葱)
20	火	麦茶 キャンディチーズ	牛乳 チーズ	ごはん(精白米・押麦)	餃子風 (キャベツ、ニラ、豚ひき肉、長葱、にんにく、しょうが、塩、ごま油、醤油、鶏ガラ、三温糖、塩、餃子の粉)	切干大根の煮物 (切干大根、人参、油揚げ、枝豆、醤油、みりん、三温糖、酒)	南瓜のバジル和え (南瓜、レーズン、バジル、酢、三温糖、オリーブ油)	中華スープ (筍・隠元)	バターロール(生クリーム(乳児：ヨーグルト)みかん缶)
21	水	麦茶	牛乳 星食べよう	ごはん(精白米・押麦)	オムレツ (卵、ハム、鶏ひき肉、ホワイトソース缶、コンソメ、スキムミルク、牛乳、塩、ケチャップ)	スナッフエンドウと海老の塩炒め (スナッフエンドウ、海老、卵パプリカ、にんにく、鶏ガラ、塩、油)	ほうれん草のおひたし (ほうれん草、もやし、えのき、めんつゆ)	豆乳スープ (エリンギ・トマト)	麩のココアラスク (麩、バター、三温糖、ココア)
22	木	麦茶 キャンディチーズ	牛乳 ウエハース	ごはん(精白米・押麦)	ジャーマンポテト (ウインナー、じゃが芋、玉葱、コンソメ、醤油、塩、バター、パセリ)	菜の花と卵の春色ソテー (菜の花、ほうれん草、卵、コンソメ、塩)	ビーンズサラダ (大豆水、ミックスビーンズ缶、胡瓜、マヨネーズ、スキムミルク)	すまし汁 (とろろ昆布・小葱)	焼きうどん (うどん、豚、豚小間肉、キャベツ、ピーマン、玉葱、醤油、塩、めんつゆ、かつお節、油)
23	金	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ごはん(精白米・押麦)	かつおの竜田揚げ (カツオ、醤油、みりん、酒、しょうが、片栗粉、油)	野菜炒め (アスパラガス、人参、玉葱、グリーンピース、コンソメ、塩)	かぶの和風サラダ (かぶ、かぶの葉、ベーコン、醤油、めんつゆ、塩、ごま)	味噌汁 (なめこ・大根)	チーズブレッド
24	土	麦茶	牛乳 ムーンライト	ごはん(精白米・押麦)	春キャベツとエビのクリームスパゲティ (スパゲティ、キャベツ、えび、しめじ、ホワイトソース缶、コンソメ、塩、バター、牛乳)	南瓜サラダ (かぼちゃ、胡瓜、レーズン、マヨネーズ、スキムミルク)	中華スープ (卵・わかめ)		炊き込みおにぎり (精白米、押麦、人参、油揚げ、えのき、醤油、みりん、三温糖、ごま油、海苔)
26	月	麦茶	牛乳 星食べよう	ごはん(精白米・押麦)	ビーフソテー (ビーフ、鶏ひき肉、しょうが、人参、ニラ、醤油、中華味、オスターソース、ごま油)	エビチリ風 (エビ、玉葱、にんにく、片栗粉、ケチャップ、醤油、三温糖、油)	チョレギサラダ (レタス、胡瓜、ごま油、醤油、にんにく、鶏ガラ、白ごま、刻み海苔)	中華スープ (卵・わかめ)	マカロニきなこ (マカロニ、きな粉、三温糖、スキムミルク)
27	火	麦茶	牛乳 チョイス	ごはん(精白米・押麦)	すき焼き風 (豚小間肉、白菜、人参、長葱、木綿豆腐、三温糖、みりん、酒、醤油)	小松菜とえのきのソテー (小松菜、えのき、醤油、バター)	キャベツの浅漬け (キャベツ、セロリ、塩昆布、塩、醤油)	味噌汁 (舞茸・大根)	バナナクリームパン
28	水	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ごはん(精白米・押麦)	サーモンのムニエル (キングサーモン、小麦粉、塩、バター)	ちくわのカレー炒め (ちくわ、もやし、ピーマン、カレールウ)	じゃが芋とクリームチーズの青のり和え (じゃが芋、鰹魚、クリームチーズ、めんつゆ、青のり)	コンソメスープ (ブロッコリー・エリンギ)	蒸しパン (小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖、水、人参、塩、ごぼう、エリンギ、三温糖、醤油)
29	木	昭和の日							
30	金	麦茶	牛乳 ウエハース	ごはん(精白米・押麦)	チキン南蛮 (鶏もも肉、小麦粉、醤油、みりん、三温糖、卵、玉葱、マヨネーズ、スキムミルク)	菜の花のソテー (菜の花、卵パプリカ、しめじ、コンソメ、塩、バター)	春雨サラダ (春雨、人参、胡瓜、ツナ、酢、三温糖、醤油、ごま、ごま油)	鶏ガラスープ (筍・ほうれん草)	黒糖レーズンロール



| .