

		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	食		汁 物	デザート	幼児・乳児	
2	月	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ご飯(精白米・押麦)	ちくわのカレーマヨ焼き (ちくわ、マヨネーズ、カレー粉、粉チーズ)	焼きビーフン (ビーフン、玉葱、人参、にら、鶏ガラ、醤油、ごま油)	なめたけ和え (ほうれん草、なめたけ、塩)	味噌汁 (じゃが芋・切干大根)		みかんゼリー・リッツ (オレンジジュース、みかん缶、寒天、三温糖)	麦茶
3	火	麦茶	牛乳 マリー	ご飯(精白米・押麦)	回鍋肉 (豚小間肉、キャベツ、長葱、もやし、甜麺菜、醤油、三温糖、酒、ごま油)	人参の鮭ソテー (人参、鮭フレーク、醤油、バター)	トマト (トマト)	鶏ガラスープ (オクラ・白ごま)		キャラメルブレッド	牛乳
4	水	麦茶	牛乳 星食べよ	ご飯(精白米・押麦)	えびたま炒め (むぎ海道、卵、玉葱、チンゲン菜、もやし、酒、鶏ガラ、オイスターソース、油)	里芋のチーズ焼き (里芋、味噌、マヨネーズ、チーズ、パセリ粉)	茹で枝豆 (枝豆、塩)	すまし汁 (いんげん・えのき)		塩ちんすこう (小麦粉、油、三温糖、塩)	牛乳
5	木	麦茶	牛乳 チーズ	ご飯(精白米・押麦)	かつおのガーリックソテー (かつお、小麦粉、塩、油、醤油、みりん、酒、にんにく)	さつま芋のりんご煮 (さつま芋、りんご、レーズン、三温糖、レモン汁)	かぶの梅みそ和え (かぶ、かぶの葉、白菜、梅干し、味噌、三温糖、みりん)	中華スープ (赤パプリカ・コーン缶)		ねばねば丼 (精白米、押麦、オクラ、納豆、小葱、めんつゆ)	麦茶
6	金	麦茶	牛乳 ムーンライト	ご飯(精白米・押麦)	チキンチャップ (鶏もも肉、塩、ケチャップ、みりん、にんにく)	和風マカロニ (マカロニ、しめじ、小松菜、中華味噌、醤油、塩、オリーブ油)	塩昆布和え (キャベツ、胡瓜、塩昆布、塩、ごま油)	すまし汁 (人参・玉葱)		ツナサラダパン	牛乳
7	土	麦茶	牛乳 チョイス	ご飯(精白米、押麦、豚ひき肉、小松菜、人参、豆もやし、醤油、三温糖、塩、にんにく、しょうが)	ピビンバ丼 (鶏もも肉、塩、ケチャップ、みりん、にんにく)	鶏ガラスープ (水菜、しめじ)			グレープフルーツ	ココアカップケーキ (ホットケーキミックス、卵、三温糖、ココア、油)	牛乳
9	月	麦茶	牛乳 星食べよ	ご飯(精白米・押麦)	かじきの甘味噌焼き (かじき、味噌、みりん、三温糖)	ひじきの煮物 (ひじき、人参、大豆水煮、醤油、三温糖、みりん)	大根サラダ (大根、ツナ缶、マヨネーズ、ボン酢、めんつゆ、かつお節)	すまし汁 (キャベツ・もやし)		たくあんおなか混ぜご飯 (精白米、たくあん、かつお節、めんつゆ)	麦茶
10	火	麦茶	牛乳 ウエハース	ご飯(精白米・押麦)	うめ水晶鶏 (鶏胸肉、片栗粉、長葱、醤油、三温糖、酢、梅干し、ごま油)	ごま南瓜 (南瓜、白ごま、三温糖、みりん、塩)	納豆和え (小松菜、もやし、納豆、醤油)	味噌汁 (さつま芋・小葱)		ミルクブレッド	牛乳
11	水	麦茶	牛乳 ムーンライト	ご飯(精白米・押麦)	鶏もも肉のマーマレード焼き (鶏もも肉、醤油、みりん、マーマレードジャム)	冬瓜のそぼろ煮 (冬瓜、鶏ひき肉、醤油、三温糖、片栗粉)	レタスサラダ (レタス、胡瓜、コーン缶、酢、三温糖、塩、オリーブ油)	鶏ガラスープ (絹豆腐・ほうれん草)		ブルーベリーヨーグルト (ヨーグルト、スキムミルク、三温糖、ブルーベリージャム、コーンフレーク)	麦茶
12	木	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ご飯(精白米・押麦)	ミートローフ (豚ひき肉、牛ひき肉、絹豆腐、玉葱、パン粉、牛乳、塩、チミグラスソース、味噌、みりん、三温糖)	人参グラッセ (人参、三温糖、バター)	ブロッコリーのサラダ (ブロッコリー、コーン缶、酢、塩、三温糖、オリーブ油)	中華スープ (レタス・じゃが芋)		スイートポテト (さつま芋、グラニュー糖、バター、生クリーム、卵黄、バナナエッセンス)	牛乳
13	金	麦茶	牛乳 チョイス	ご飯(精白米・押麦)	お麩のオムレツ (卵、スキムミルク、牛乳、ベーコン、麩、チーズ、塩、ケチャップ)	おからの炒り煮 (おから、人参、長葱、醤油、みりん、三温糖)	わかめサラダ (わかめ、レタス、ツナ缶、めんつゆ、鶏ガラ、にんにく、ごま油)	すまし汁 (チンゲン菜・もやし)		ベーコンチーズパン	牛乳
14	土	麦茶	牛乳 マリー	ご飯(精白米・押麦)	塩焼きそば (焼きそば麺、豚小間肉、玉葱、ほうれん草、もやし、塩、鶏ガラ、中華味噌、油)	中華スープ (チンゲン菜、高野豆腐)			梨	たらこチーズおにぎり (精白米、たらこ、チーズ、海苔)	麦茶
16	月	敬老の日									
17	火	麦茶	牛乳 ウエハース	ご飯(精白米・押麦)	はんぺんのチーズ焼き (はんぺん、チーズ)	きのこのバター醤油 (しめじ、エリンギ、コーン缶、醤油、バター)	ほうれん草の胡麻和え (ほうれん草、もやし、醤油、三温糖、ごま)	けんちん汁 (大根・人参・木綿豆腐)		かぼちゃの蒸しパン (南瓜、ホットケーキミックス、三温糖、牛乳、スキムミルク、油)	牛乳
18	水	麦茶	牛乳 チーズ	ご飯(精白米・押麦)	たらのアックアパッツァ風 (たら、トマト、塩、酒、にんにく、コンソメ、オリーブ油、パセリ粉)	茹でブロッコリー (ブロッコリー、塩)	豆腐のサラダ (木綿豆腐、レタス、水菜、醤油、にんにく、酢、ごま油)	鶏がらスープ (小松菜・黄パプリカ)		鮭の混ぜ寿司 (精白米、押麦、鮭フレーク、胡瓜、鰹糸卵、酢、三温糖、塩、昆布、ごま)	麦茶
19	木	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ご飯(精白米・押麦)	豚肉と厚揚げの甘辛煮 (豚小間肉、厚揚げ、白菜、玉葱、にら、醤油、三温糖、みりん、油)	焼き芋 (さつま芋)	切干大根の甘酢漬け (切干大根、かにかま、酢、三温糖、塩)	すまし汁 (えのき・とろろ昆布)		アイスクリーム・ウエハース (バナナアイス)	麦茶
20	金	麦茶	牛乳 マリー	ご飯(精白米・押麦)	鮭の塩焼き (鮭、塩)	かわりきんぴら (ごぼう、人参、さつま揚げ、醤油、三温糖、ごま油、塩)	ゆかり和え (キャベツ、胡瓜、ゆかり、塩)	味噌汁 (南瓜・玉葱)		シュガーレスパン	牛乳
21	土	麦茶	牛乳 星食べよ	ご飯(精白米、押麦、鶏小間肉、玉葱、人参、チンゲン菜、醤油、酒、みりん、中華味噌、にんにく、ごま油、片栗粉)	鶏丼	鶏がらスープ (春雨、キャベツ)			りんご	のり塩パイ (パイシート、青のり、塩、牛乳)	牛乳
23	月	振替休日									
24	火	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ご飯(精白米・押麦)	ミートソースパゲティ (スパゲティ、鶏ひき肉、玉葱、ピーマン、茄子、ホールトマト缶、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、塩、三温糖、オリーブ油、小麦粉)	花野菜のサラダ (カリフラワー、ブロッコリー、酢、塩、三温糖)			小粒ゼリー	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉、三温糖)	ジョア (プレーン)
25	水	麦茶	牛乳 チーズ	ご飯(精白米・押麦)	さわらの梅煮 (さわら、梅干し、醤油、酒、みりん、三温糖)	キャベツのひき肉ソテー (キャベツ、人参、鶏ひき肉、しょうが、鶏ガラ、塩、油)	南瓜サラダ (南瓜、玉葱、ヨーグルト、マヨネーズ、塩)	味噌汁 (長葱・なめこ)		ホットケーキ (ホットケーキミックス、スキムミルク、牛乳、三温糖、バター、メープルシロップ)	牛乳
26	木	麦茶	牛乳 星食べよ	ご飯(精白米・押麦)	パジルチキン (鶏もも肉、パジル、塩、にんにく、オリーブ油)	里芋のベーコン炒め (里芋、ベーコン、塩、コンソメ、油)	にらとえのきのごまボン酢 (にら、えのき、白菜、ボン酢、ごま油、ごま)	鶏ガラスープ (かぶ・かぶの葉)		お好み焼き (お好み焼き粉、卵、豚バラ肉、キャベツ、お好み焼きソース、かつお節、青のり、マヨネーズ)	麦茶
27	金	麦茶	牛乳 チョイス	ご飯(精白米・押麦)	あじのレモンマリネ風 (あじ、酒、塩、レモン汁、酢、三温糖)	ほうれん草のソテー (ほうれん草、玉葱、ツナ缶、鶏ガラ、バター)	スティックパプリカ (赤パプリカ、味噌、マヨネーズ)	鶏ガラスープ (カリフラワー・人参)		メープルブレッド	牛乳
28	土	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ご飯(精白米、押麦、豚小間肉、玉葱、人参、じゃが芋、ハヤシライス、スキムミルク、ケチャップ、ウスターソース、油)	ハヤシライス	レタスサラダ (レタス、胡瓜、コーン缶、酢、三温糖、塩、オリーブ油)			柿	秋祭り	
30	月	麦茶	牛乳 ムーンライト	ご飯(精白米・押麦)	松風焼き (鶏ひき肉、木綿豆腐、玉葱、鶏ガラ、パン粉、スキムミルク、味噌、醤油、三温糖、ごま)	チンゲン菜のオイマヨ炒め (チンゲン菜、人参、オイスターソース、マヨネーズ、油)	中華サラダ (もやし、きくらげ、醤油、三温糖、ごま油、ごま)	鶏がらスープ (にら・白菜)		ゆかりひじきご飯 (精白米、ひじき、ゆかり、醤油、みりん、三温糖)	麦茶