

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
4	麦ごはん ・ さつま芋のみそ汁	米、さつまいも、黒砂糖、押麦、マヨネーズ、植物油(揚げ吸油分)、小麦粉、三温糖、油	牛乳、さけ、卵、油揚げ、米みそ(甘みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)、きな粉	はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、かんでん(粉)	煮干だし汁、しょうゆ、酢、本みりん、酒、パセリ粉	牛乳100 きなこせんべい 牛乳 黒糖ゼリー
18	魚南蛮 水 白菜と油揚げの煮付					
5	麦ごはん ・ 麻婆豆腐	米、干しうどん、押麦、片栗粉、三温糖、油、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ベーコン、米みそ(赤色辛みそ)、油揚げ	にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、ごまつな、葉ねぎ、しめじ、コーン缶、ねぎ、干しいたけ、にんにく、しょうが	かつおだし汁、鳥がらだし汁、しょうゆ(しろ)、みりん、酒、しょうゆ、中華スープ、食塩、こしょう	牛乳100 いちご 牛乳 うどん
19	チンゲン菜のミルクスープ 木					
6	麦ごはん ・ もずくスープ	食パン、米、押麦、油、パン粉、三温糖、片栗粉	牛乳、豚肉(肩)、卵、豚ひき肉、かつお節	たまねぎ、にんじん、もずく、はくさい、ピーマン、えのきたけ、万能ねぎ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、ケチャップ、カレールウ、本みりん、酒、食塩、ガーリックパウダー	牛乳100 バナナ 牛乳 カレーサンド
20	豚肉のつけ焼き 金					
7	スパゲティ・ミートソース ・ ひじきのサラダ	スパゲティ、じゃがいも、白玉粉、マヨネーズ、パン粉、三温糖、油	牛乳、ゆであずき缶、豚ひき肉、牛ひき肉、ツナ油漬缶、粉チーズ、バター	たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、ピーマン、ひじき、レモン果汁	ケチャップ、酢、しょうゆ(うすくち)、ウスターソース、コンソメ、食塩、ガーリックパウダー、こしょう	牛乳100 ウエハース 牛乳 白玉ぜんざい
21	土					
23	わかめ麦ごはん 三平汁 筑前煮(じゃがいも)	さつまいも、米、じゃがいも、三温糖、板こんにゃく、押麦、植物油(揚げ吸油分)、油	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、さけ、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ、脱脂粉乳、黒ごま、いわし(煮干し)	にんじん、キャベツ、かぶ、だいこん、ごぼう、いんげん、万能ねぎ、干しいたけ	昆布だし汁、煮干だし汁、しょうゆ、酒、本みりん、食塩	牛乳100 もも缶 牛乳 大学芋
23	月					
10	バターロール ・ ミネストローネスープ	ロールパン、じゃがいも、小麦粉、三温糖、油	卵、ウインナー、牛乳、脱脂粉乳、ベーコン、バター	バナナ、たまねぎ、トマト缶詰、ブロッコリー、キャベツ、にんじん、トマト、マッシュルーム缶、グリーンピース	鳥がらだし汁、食塩、パセリ粉、こしょう	牛乳100 みかん 麦茶 バナナケーキ
24	ブロッコリー 火 ウインナーのオムレット					
11	麦ごはん ・ のっぺい汁	米、さといも、小麦粉、板こんにゃく、押麦、三温糖、片栗粉、パン粉、油	牛乳、鶏ひき肉、鶏もも肉(皮付き)、卵、無塩バター、いわし(煮干し)、米みそ(淡色辛みそ)、ごま	だいこん、たまねぎ、にんじん、ごぼう、しいたけ、サラダ菜、万能ねぎ、しょうが	煮干だし汁、酒、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳100 パイン缶 牛乳 クッキー(型抜き)
25	松風焼き 水 サラダ菜					
12	麦ごはん ・ わかめスープ	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、押麦、三温糖、ごま油、油	牛乳、生揚げ、豚肉(こま)、豚ひき肉、脱脂粉乳、米みそ(赤色辛みそ)、ごま	ほうれんそう、たまねぎ、もやし、キャベツ、えのきたけ、塩蔵わかめ、ピーマン、にんじん、コーン缶、万能ねぎ	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、食塩、コンソメ	牛乳100 棒チーズ 牛乳 肉万十
26	厚揚げとキャベツの回鍋肉 木 ほうれん草ともやしのナムル					
13	麦ごはん ・ 野菜スープ	米、じゃがいも、押麦、マヨネーズ、砂糖、小麦粉、油	調製豆乳、さば、牛乳、ハム、ホイップクリーム、粉チーズ、すりごま	日本かぼちゃ、たまねぎ、だいこん、トマト、キャベツ、にんじん、きゅうり、セロリー、パセリ、にんにく	鳥がらだし汁、ワイン(白)、しょうゆ、ケチャップ、食塩、コンソメ、こしょう	牛乳100 伊予柑 南瓜のミルクきんとん 豆乳
27	さばの天火焼き 金 大根サラダ					
14	あんかけビーフン ・ にら卵スープ	ビーフン、米、片栗粉、油、三温糖、ごま油	牛乳、豚肉(こま)、かまぼこ、卵、さけ水煮缶詰、チーズ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、にら、万能ねぎ、干しいたけ	鳥がらだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ、酒、コンソメ、食塩、こしょう	牛乳100 バナナ 牛乳 鮭とチーズのおにぎり
28	土					
16	ひじきごはん ・ 清汁(かまぼこ・わかめ)	米、ホットケーキ粉、油、砂糖、片栗粉、三温糖	かじき、かまぼこ、鶏もも肉、無塩バター、牛乳、ハム、卵、油揚げ、かつお節	キャベツ、えのきたけ、たまねぎ、もやし、にんじん、干しぶどう、いんげん、グリーンピース、わかめ、しょうが、ひじき	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩、こしょう	牛乳100 パイン缶 麦茶 レーズンスコーン
30	かじきの野菜あんかけ 月					
17	バターロール ・ 鶏肉と南瓜のクリームシチュー	ロールパン、米、マヨネーズ、油、砂糖、三温糖	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、ハム、油揚げ、しらす	かぼちゃ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、コーン缶、セロリー、グリーンピース	鳥がらだし汁、しょうゆ、食塩、酢、こしょう	牛乳100 みかん 牛乳 じゃこわかめおにぎり
31	ブロッコリーのサラダ 火					

※都合により献立を変更する場合があります。

※6日の3時おやつは鶏と野菜のお粥・麦茶に、24日の3時おやつは誕生ケーキに変更します。