

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	
2	麦ごはん ・ワンタンスープ	コッペパン、米、ワンタンの皮、押麦、砂糖、片栗粉、ごま油、植物油(揚げ吸油分)、三温糖	さけ、きな粉、すりごま、ごま	にんじん、キャベツ、たまねぎ、しいたけ、グリーンアスパラガス、コーン缶、いんげん、塩蔵わかめ	中華スープ、ケチャップ、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 ビスケット 麦茶 揚げパン(きなこ)
16	蒸し魚のあんかけ 月 春キャベツとアスパラの和え物					
3	バターロール ・野菜スープ	ロールパン、米、じゃがいも、油	牛乳、木綿豆腐、卵、チーズ、ベーコン、さけ水煮缶詰、ごま	たまねぎ、にんじん、スナックえんどう、キャベツ、セロリ、パセリ	鳥がらだし汁、ケチャップ、食塩、しょうゆ	牛乳100 パナナ 牛乳 鮭おにぎり
17	豆腐とチーズの卵焼き 火 スナックえんどう					
4	麦ごはん ・若竹汁	米、じゃがいも、上新粉、油、板こんにゃく、三温糖、押麦	ゆであずき缶、鶏もも肉(皮付き)、生揚げ、かつお節、いわし(煮干し)	たけのこ(ゆで)、にんじん、だいこん、ごぼう、塩蔵わかめ、いんげん、葉ねぎ、干しいたけ	かつおだし汁、煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	牛乳100 もも缶 麦茶 あずきクッキー
18	筑前煮(じゃがいも) 水					
5	麦ごはん ・はるさめスープ	米、小麦粉、はるさめ、砂糖、押麦、片栗粉、ごま油、油	豚肉(肩ロース)、卵、いか、ハム、バター、脱脂粉乳、ごま	キャベツ、玉葱、白菜、人参、パイン缶、チンゲンサイ、コーン缶、えのきたけ、たけのこ、干椎茸、しょうが	中華スープ、しょうゆ、酒、中華だしの素、食塩、こしょう	牛乳 チーズ(棒) 麦茶 パイナップルケーキ
19	八宝菜 木					
6	筍ごはん ・具だくさんみそ汁	じゃがいも、米、三温糖、植物油(揚げ吸油分)、片栗粉	牛乳、白身魚すり身、調製豆乳、卵、米みそ(甘みそ)、油揚げ、麦みそ、いわし(煮干し)	かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、サラダ菜、ねぎ、たけのこ(ゆで)、かんでん(粉)	煮干だし汁、酒、しょうゆ、食塩、和風だしの素	牛乳100 いちご 牛乳 かぼちゃ羹
20	フィッシュボール 金 サラダ菜					
7	親子うどん じゃが芋の千切り炒め	食パン、干しうどん、じゃがいも、三温糖、油	鶏もも肉、卵、ウインナー、バター	りんご、たまねぎ、にんじん、ピーマン、葉ねぎ	煮干だし汁、昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩、シナモン	牛乳 せんべい 麦茶 りんごのトースト
9	麦ごはん ・清汁(白玉ふ・えのきたけ)	米、じゃがいも、小麦粉、マヨネーズ、押麦、植物油(揚げ吸油分)、三温糖、白玉麩	調製豆乳、ヨーグルト(無糖)、かれい、卵、ハム、いわし(煮干し)	ミニトマト、みかん缶、もも缶、キャベツ、えのきたけ、きゅうり、サニーレタス、葉ねぎ、パセリ	煮干だし汁、しょうゆ、酒、食塩、パセリ粉	牛乳100 パイン缶 豆乳 フルーツヨーグルト
23	かれいの新緑揚げ 月 スプリングサラダ ミントマト					
10	バターロール ・トマトスープ	ロールパン、小麦粉、三温糖、パン粉、油	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、卵、鶏もも肉(皮付き)、パター	たまねぎ、ブロッコリー、ホールトマト缶詰、かぼちゃ、トマト、にんじん、ほうれんそう、パセリ	鳥がらだし汁、ケチャップ、ウスターソース、食塩、ナツメグ、こしょう	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 ほうれんそうケーキ
24	ハンバーグ 火 ゆでブロッコリー					
11	麦ごはん ・きのこ豆乳のコーンスープ	じゃがいも、ゆでうどん、米、押麦、植物油(揚げ吸油分)、ごま油、油	牛乳、調製豆乳、牛肉(肩ロース)、豚肉(もも)	玉ねぎ、クリームコーン、キャベツ、人参、いんげん、しめじ、エリンギ、えのきたけ、コーン、パセリ、青のり	鳥がらだし汁、ウスターソース、本みりん、しょうゆ、食塩、こしょう	牛乳 パナナ 牛乳 焼きうどん
25	牛肉とフライドポテトのソテー 水					
12	麦ごはん ・かき玉汁	米、三温糖、押麦、片栗粉、砂糖	牛乳、さば、卵、ちくわ、鶏もも肉(皮付き)、米みそ(淡色辛みそ)、すりごま	にんじん、もやし、たまねぎ、こまつな、ほうれんそう、レモン果汁、かんでん(粉)、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、ワイン(白)、みりん、酒、食塩	牛乳100 ウエハース 牛乳 にんじんゼリー
26	さばのみそ煮 木 小松菜のごま和え					
13	チキンカレーライス ・大根サラダ(レモン風味)	米、じゃがいも、小麦粉、やまといも、押麦、油、マヨネーズ、三温糖	鶏もも肉(皮付き)、卵、脱脂粉乳、ハム、干しえび、かつお節	パナナ、だいこん、たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、ピーマン、レモン汁、黄ピーマン、グリーンピース、パセリ、あおのり	カレールウ、かつおだし汁、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう	牛乳100 オレンジ(10時) 麦茶 桜えびのお好み焼き
27	バナナ 金					
14	スパゲティ・ミートソース ・白菜スープ	スパゲティ、小麦粉、砂糖、オリーブ油、パン粉、油	牛乳、豚ひき肉、卵、チーズ、バター、粉チーズ	たまねぎ、にんじん、はくさい、トマトピューレ、ピーマン	ケチャップ、コンソメ、ウスターソース、食塩、パセリ粉、ガーリックパウダー	牛乳100 ウエハース 牛乳 チーズ蒸しパン
28						
金						

※都合により献立を変更する場合があります。  
 ※19日の3時おやつは誕生会ケーキに変更します。