

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	
1 月	麦ごはん ・ ワンタンスープ 魚の香味焼き 春キャベツとアスパラの和え物	米、食パン、ごま油、グラニュー糖、ワンタンの皮、押麦、油、三温糖	牛乳、さけ、きな粉、バター、すりごま、ごま	にんじん、キャベツ、しいたけ、グリーンアスパラガス、コーン缶、万能ねぎ、塩蔵わかめ、しょうが、にんにく	中華スープ、しょうゆ、本みりん、酒、食塩	牛乳 ビスケット 牛乳 きなこトースト
2 月	バターロール ・ 野菜スープ 豆腐とチーズの卵焼き スナップえんどう	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、スナップえんどう、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 バナナ 牛乳 鮭おにぎり
3 月	麦ごはん ・ 若竹汁 筑前煮(じゃがいも)	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、卵、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 もも缶 麦茶 あずきクッキー
4 月	麦ごはん ・ わかめスープ(鶏ささみ) 八宝菜	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、片栗粉、押麦、油、ごま油、三温糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、鶏ささ身、豚ひき肉、いか、脱脂粉乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん、チンゲン菜、えのきたけ、たけのこ、塩蔵わかめ、干しいたけ、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、食塩、中華だしの素、コンソメ、こしょう	牛乳 チーズ(棒) 牛乳 肉万十
5 月	ゆかりごはん ・ 季節の具だくさんみそ汁 フィッシュボール サラダ菜	さつまいも、じゃがいも、米、砂糖、植物油(揚げ吸油分)、押麦、片栗粉	調製豆乳、白身魚すり身、卵、米みそ(甘みそ)、油揚げ、麦みそ、いわし(煮干し)	キャベツ、もやし、たまねぎ、サラダ菜、にんじん、ねぎ、かんでん(粉)	煮干だし汁、食塩	牛乳 いちご 豆乳 さつま芋のようかん
6 月	キッズビビンバ えのきとチンゲン菜のスープ	米、小麦粉、砂糖、押麦、三温糖、ごま油、油	牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、卵、チーズ、バター、ごま、赤みそ	もやし、にんじん、ほうれんそう、チンゲンサイ、えのきたけ、塩蔵わかめ、ねぎ、しょうが、にんにく	鳥がらだし汁、しょうゆ、食塩、酒	牛乳 せんべい 牛乳 チーズ蒸しパン
8 月	麦ごはん ・ 清汁(白玉ふ・えのきたけ) かれのの新緑揚げ スプリングサラダ	米、小麦粉、じゃがいも、やまといも、マヨネーズ、押麦、植物油(揚げ吸油分)、油、白玉麩、三温糖	牛乳、かれい、卵、ハム、ベーコン、いわし(煮干し)、脱脂粉乳、かつお節	キャベツ、えのきたけ、きゅうり、ピーマン、にんじん、サニーレタス、葉ねぎ、パセリ、あおのり	煮干だし汁、かつおだし汁、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、酒、食塩、パセリ粉	牛乳 パイン缶 牛乳 お好み焼き
9 月	チキンカレーライス ・ 大根サラダ(レモン風味) バナナ	米、じゃがいも、押麦、砂糖、小麦粉、マヨネーズ、油	鶏もも肉(皮付き)、卵、牛乳、脱脂粉乳、ハム、バター	バナナ、大根、たまねぎ、人参、きゅうり、みかん、いちごジャム、レモン、黄ピーマン、グリーンピース、パセリ	カレーウ、キュラソー、食塩	牛乳 チーズ(棒) 麦茶 フルーツクラフティー
10 月	麦ごはん ・ きのこ豆乳のコーンスープ 牛肉とフライドポテトのソテー	じゃがいも、ゆでうどん、米、植物油(揚げ吸油分)、押麦、ごま油、油	牛乳、調製豆乳、牛肉(肩ロース)、豚肉(もも)	たまねぎ、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	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 バナナ 牛乳 焼きうどん
11 月	麦ごはん ・ かき玉汁 さばのみそ煮 小松菜のごま和え	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 ウエハース 牛乳 にんじんゼリー
12 月	バターロール ・ ミネストローネスープ ハンバーグ ゆでブロッコリー	ロールパン、パン粉、三温糖、油	調製豆乳、ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、牛ひき肉、卵、牛乳、ベーコン	たまねぎ、ブロッコリー、みかん、ホールトマト、もも、人参、トマト、キャベツ、マッシュルーム、グリーンピース	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 ビスケット 豆乳 フルーツヨーグルト
13 月	スパゲティ・ミートソース ・ 白菜スープ	スパゲティ、米、オリーブ油、パン粉、油	牛乳、豚ひき肉、粉チーズ、ごま	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 ウエハース 牛乳 わかめごまおにぎり

※都合により献立を変更する場合があります。

※23日の3時おやつは誕生日ケーキに、26日の昼食は鯉のぼりハンバーグ、3時おやつは牛乳とかしわ餅に変更します。