

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10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	3時おやつ
1	バターロール ・ ポテミルクスープ	ロールパン、さつまいも、三温糖、油、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、卵、鶏もも肉(皮付き)、チーズ、脱脂粉乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、いちご、みかん缶、サラダ菜、パセリ、かんてん(粉)	鳥がらだし汁、ケチャップ、食塩、こしょう	牛乳100 パインアップル 麦茶 チョコレートゼリー
15	豆腐とチーズの卵焼き 月 サラダ菜 いちご					
2	麦ごはん ・ 清汁(白玉ふ・わかめ)	米、じゃがいも、しらたき、押麦、砂糖、白玉麩、三温糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、挽きわり納豆、かにかまぼこ、いわし(煮干し)、かつお節	キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、ほうれんそう、きゅうり、いんげん、塩蔵わかめ、万能ねぎ、焼きのり、干しいたけ	煮干だし汁、酢、しょうゆ、かつおだし汁、みりん、食塩	牛乳100 小魚せんべい 牛乳 節分・恵方巻き
16	肉じゃが(豚肉) 火 納豆和え					
3	ハヤシライス ・ はるさめサラダ(ハム)	米、じゃがいも、マヨネーズ、はるさめ、砂糖、油、三温糖	牛乳、牛肉、ハム、ホイップクリーム	日本かぼちゃ、たまねぎ、りんご、にんじん、キャベツ、マッシュルーム、きゅうり	鳥がらだし汁、ハヤシルウ、ケチャップ、食塩	牛乳100 いやかん 牛乳 南瓜のミルクきんとん
17	りんご 水					
4	麦ごはん ・ 豆腐のみそ汁	米、押麦、砂糖、ごま油、オリーブ油	牛乳、さば、木綿豆腐、ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)、粉チーズ、バター、すりごま	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ、えのきたけ、マッシュルーム缶、もやし、アスパラガス、万能ねぎ、塩蔵わかめ、にんにく、生姜	煮干だし汁、ワイン(白)、みりん、しょうゆ、酒、コンソメ、食塩、パセリ粉、こしょう	牛乳100 バナナ 牛乳 きのこのチーズリゾット
18	さばのみそ煮 木 キャベツの和え物					
5	麦ごはん ・ 卵スープ	米、米粉、片栗粉、押麦、マヨネーズ、植物油(揚げ吸油分)、三温糖、油、砂糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、卵、豆乳、いか、ごま	もやし、たまねぎ、バナナ、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、ねぎ、パセリ、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、酢、食塩、パセリ粉、こしょう	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 蒸しパン(バナナ)
19	鶏の唐揚げ油淋ソース 金 中華和え					
6	肉うどん ・ 豆腐サラダ	干しうどん、米、油、三温糖、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(こま)、木綿豆腐、鶏ひき肉、いわし(煮干し)	たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、コーン缶、万能ねぎ、塩蔵わかめ、あおのり	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、酢、みりん、酒、食塩	牛乳100 ウエハース 牛乳 おにぎり(とりそぼろ)
20						
8	じゃこと菜っ葉の混ぜごはん ・ 清汁(かまぼこ)	米、小麦粉、麦、グラニュー糖、三温糖、片栗粉、油、ごま油	牛乳、木綿豆腐、卵、ニュー糖、鶏もも肉(皮付き)、バター、しらす干し、ごま、かつお節	みかん、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、グリーンピース、塩蔵わかめ、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、本みりん	牛乳100 ウエハース 牛乳 マーブルクッキー
22	いり豆腐 月 みかん					
9	おこわ(中華) 春雨スープ(えのきたけ) 揚げ餃子 火 トマト	食パン、米、もち米、ぎょうざの皮、はるさめ、植物油(揚げ吸油分)、砂糖、ごま油、三温糖	豚ひき肉、焼き豚、生クリーム、木綿豆腐	トマト、人参、バナナ、えのき茸、チンゲン菜、キャベツ、たけのこ、にら、もも缶(黄桃)、ねぎ、いちご、塩蔵わかめ、干しいたけ	鳥がらだし汁、しょうゆ、食塩、中華だし素	牛乳100 パインアップル(缶) 麦茶 フルーツサンド
10	麦ごはん ・ 呉汁	米、ホットケーキ粉、マヨネーズ、押麦、三温糖、油	牛乳、メルルーサ、だいたず水煮缶詰、無塩バター、ちくわ、油揚げ、いわし(煮干し)、米みそ、麦みそ、卵	にんじん、だいこん、たまねぎ、えだまめ、干しぶどう、ひじき、葉ねぎ、干しいたけ	煮干だし汁、しょうゆ、酒、本みりん	牛乳100 いやかん 牛乳 レーズンスコーン
24	メルルーサのみみじ焼き 水 ひじきの煮付					
わ	わかめごはん 相性汁 チキンカツ 木 サラダ菜 バナナ	米、ビーフン、さつまいも、パン粉、しらたき、小麦粉、押麦、植物油(揚げ吸油分)、ごま油、油	鶏もも肉(皮付き)、卵、豚肉(こま)、鶏もも肉、ベーコン、えび、米みそ(甘みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)	バナナ、たまねぎ、だいこん、にんじん、もやし、ピーマン、サラダ菜、葉ねぎ、干しいたけ	煮干だし汁、酒、中濃ソース、しょうゆ、コンソメ、食塩、こしょう	牛乳100 チーズ(棒) 麦茶 焼きビーフン
25						
12	バターロール ・ ミネストローネスープ	ロールパン、米、マカロニ、小麦粉、パン粉、油、三温糖	豆乳、鶏もも肉(皮付き)、ベーコン、脱脂粉乳、無塩バター、粉チーズ、ごま、かつお節	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ホールトマト缶詰、キャベツ、マッシュルーム缶、トマト、グリーンピース、ひじき	鳥がらだし汁、みりん、食塩、しょうゆ、こしょう	牛乳100 いちご 豆乳 ひじきおにぎり(ふりかけ)
26	マカロニグラタン 金 ゆでブロッコリー					
13	生姜焼き丼 ・ にらとえのきのスープ	米、ホットケーキ粉、三温糖、油、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、調製豆乳、バター	にんじん、かぼちゃ、えのきたけ、にら、たまねぎ、しめじ、しょうが	しょうゆ、本みりん、酒、食塩、中華だし素、こしょう	牛乳100 バナナ 牛乳 ふわふわかぼちゃケーキ
27						

※都合により献立を変更する場合があります。

※太字は薔薇組のリクエストメニューになります。

※2日の3時おやつは未満児クラスがちらし寿司になります。

※16日の3時おやつは誕生日ケーキに変更になります。

※12日の桜・梅・薔薇組の午後おやつにアルファ米を使用します。