



日(曜日)	主食	主 菜	副 菜	汁など	未満児 朝おやつ	全園児 おやつ
月 2,16	ごはん	八宝菜	スパゲッティのツナサラダ	中華コーンスープ	牛乳 クッキー	いちごジャムサンド
	ビタミン強化米	豚肉、白菜、筍、玉ねぎ、人参、干しいたけ、うずらの卵	サラダスパゲッティ、人参、きゅうり、玉ねぎ、ツナ缶、コーン缶	人参、チンゲン菜、クリームコーン缶、小ねぎ		サンドイッチパン、いちごジャム
火 3,17	ごはん	ハヤシライス	大根きんぴら	バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 3日：鬼のパンツケーキ 16日：パンプキンマフィン
	ビタミン強化米	牛肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ハヤシルウ、ブロッコリー	大根、人参、油揚げ、ごま	バナナ		小麦粉、ベーキングパウダー、かぼちゃ、バター、牛乳、ココア
水 4	ごはん	うま煮	菜の花サラダ風	味噌汁	牛乳 バナナ	牛乳 サーターアンダギー
	ビタミン強化米	牛肉、里芋、人参、大根、ごぼう、レンコン、板こんにゃく、干しいたけ、いんげん、厚揚げ	きゅうり、人参、キャベツ、卵、マヨネーズ	えのきたけ、しめじ、油揚げ、わかめ、小ねぎ		牛乳、小麦粉、粉末黒砂糖、ベーキングパウダー、卵
木 5,19	ごはん	魚のカレームニエル	ほうれん草のごま和え	けんちん汁	飲むヨーグルト ビスコ	ゆかりおにぎり
	ビタミン強化米	はまち、にんにく、カレー粉、小麦粉、バター	ほうれん草、人参、コーン缶、もやし、ごま	大根、人参、小ねぎ、木綿豆腐		ビタミン強化米、ゆかり
金 20	ごはん	鶏のから揚げ	卵と野菜の和え物	味噌汁	牛乳 せんべい	フレンチトースト
	ビタミン強化米	鶏肉、酒、しょうが、にんにく	きゅうり、小松菜、人参、コーン缶、卵	厚揚げ、じゃがいも、玉ねぎ、小ねぎ		食パン、卵、三温糖、牛乳、バター
土 7,21	ごはん	牛とじ丼	千切り大根の中華サラダ	りんご	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
	ビタミン強化米	牛肉、人参、玉ねぎ、小松菜、もやし、長ネギ、卵	切干大根、きゅうり、人参	りんご		お楽しみおやつ
月 9	ごはん	豚肉と大根のこってり煮	マカロニサラダ	味噌汁	牛乳 せんべい	ギョーザの皮のえびピザ
	ビタミン強化米	豚肉、大根、板こんにゃく、人参、玉ねぎ、しめじ	マカロニ、人参、きゅうり、玉ねぎ、コーン缶	さつまいも、ごぼう、えのきたけ、小ねぎ		ぎょうざの皮、むきえび、玉ねぎ、ピーマン、コーン缶、チーズ、ケチャップ
火 10,24	ごはん	鮭のコーンマヨネーズ焼き	伴三糸	すまし汁	牛乳 クッキー	飲むヨーグルト いちご蒸しパン
	ビタミン強化米	鮭、コーン缶、マヨネーズ	春雨、きゅうり、人参、卵	木綿豆腐、えのきたけ、かまぼこ、小ねぎ		小麦粉、ベーキングパウダー、いちご、牛乳、三温糖、飲むヨーグルト
水 25	ごはん	すき焼き風煮物	ブロッコリーと竹輪のサラダ	味噌汁	牛乳 せんべい	鮭フレークおにぎり
	ビタミン強化米	牛肉、焼き豆腐、しらたき、玉ねぎ、白菜、しいたけ、長ネギ、人参、卵	ブロッコリー、人参、竹輪、コーン缶、マヨネーズ	大根、もやし、えのきたけ、小ねぎ		ビタミン強化米、鮭フレーク、ごま
木 12,26	ごはん	鶏のみそ照り焼き	人参しりしり	きのこスープ	牛乳 ビスコ	じゃこチーズトースト
	ビタミン強化米	鶏、しょうが、みそ、三温糖、みりん、酒	人参、もやし、卵、ツナ缶、ごま	しいたけ、えのきたけ、しめじ、玉ねぎ、キャベツ、ベーコン		食パン、しらす干し、チーズ
金 13,27	ごはん	白身魚の磯辺フライ	白菜のごま酢和え	かきたま汁	飲むヨーグルト せんべい	牛乳 クッキー
	ビタミン強化米	はまち、しょうが、あおのり、パン粉、卵、小麦粉	白菜、人参、ツナ缶、ごま	キャベツ、小ねぎ、人参、卵		牛乳、バター小麦粉、卵、ココア、三温糖
土 14,28	めん	ちゃんぽん	野菜サラダ	みかん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
	中華麺	豚肉、玉ねぎ、もやし、人参、キャベツ、小ねぎ	人参、きゅうり、キャベツ、ハム、コーン缶、マヨネーズ	みかん		お楽しみおやつ
誕生会 18	ふりかけ ごはん	チキンカツ	キャベツのツナサラダ	すまし汁	牛乳 せんべい	牛乳 チーズケーキ
	ふりかけ、ビタミン強化米	鶏肉、小麦粉、パン粉、ウスターソース、ケチャップ	キャベツ、人参、ツナ缶、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ	木綿豆腐、えのきたけ、人参、小ねぎ		クリームチーズ、小麦粉、卵、生クリーム、三温糖
お弁当の日 6	お弁当の日				お茶 せんべい	牛乳 (以)お麴ラスク (未)ラスクパン 牛乳、おつゆ麴、食パン、バター、三温糖

魚の種類など食材調達の都合により変更する場合があります。
調味料など枠の幅の都合で入力を省いている箇所があります。ご了承ください。

