

日	曜	献立名	食材	おやつ
1	木	創立記念日 ごはん バンサンズー 麻婆豆腐 野菜スープ	ハム10 卵8 きゅうり15 人参8 春雨2.5 酢5 砂糖3 ごま油1 豚ひき肉20 豆腐60 玉ねぎ15 人参5 にんにく1 生姜1 味噌5 砂糖 醤油 片栗粉 ごま油 青梗菜20 人参15 玉ねぎ20 コンソメ1.5	ひよこ組 月齢による <b>ソーセージパン</b> ロールパン1個 魚肉ソーセージ10 ケチャップ5
2	金	ごはん ごぼうサラダ カレーうどん ヨーグルト	ごぼう20 人参10 ツナ10 マヨネーズ4 うどん麺30 牛肉10 玉ねぎ15 人参12 ほうれん草10 にんにく0.5 いらりこ2 カレールー10 醤油1 油1 塩コショ ヨーグルト1個	ひよこ組 月齢による <b>チーズ蒸しパン</b> ホットケーキミックス10 サラダチーズ5
3	土	入園式		
5	月	ごはん きゅうりのごま和え 鯖の塩焼き ほうれん草の中華スープ	きゅうり20 キャベツ15 人参5 もやし10 醤油1.5 砂糖1 ごま2 鯖50 しお0.1 えのき10 わかめ1 ほうれん草15 長ネギ1 中華味1.5	ひよこ組 月齢による <b>コーン toast</b> 食パン1/2 マヨネーズ3 コーン6 マーガリン2
6	火	ごはん ビーフカレー ドレッシングサラダ 野菜スープ	牛肉20 じゃがいも30 玉ねぎ25 人参12 グリーンピース5 生姜1 にんにく1 カレールウ12 キャベツ30 きゅうり15 人参3 コーン3 青じそドレッシング8 もやし15 ごぼう6 人参5 玉ねぎ15 ニラ3 ベーコン10 コンソメ1.5	ひよこ組 月齢による <b>ふかし芋</b> さつまいも80
7	水	ごはん れんこんサラダ 韓国風すき焼き 中華スープ	蓮根20 キャベツ15 きゅうり20 人参8 ゴマドレ8 豚肉15 白菜35 玉ねぎ20 人参10 焼き豆腐25 小松菜5 糸こんにゃく20 椎茸4 えのき8 生姜0.5 にんにく0.3 すりごま1 ごま油1 鶏口4 砂糖2 カットわかめ0.1 玉ねぎ10 人参5 えのき10	ひよこ組 月齢による <b>かしわおにぎり</b> 米30 鶏肉5 にんじん5 塩揚げ1 醤油3 みりん2
8	木	始業式 ごはん スパゲティーサラダ 千草焼き ワカメのすまし汁	スパゲ8 人参5 きゅうり15 ハム5 マヨネーズ6 鶏ミンチ10 卵40 干椎茸1 玉ねぎ20 人参6 いんげん5 砂糖2 薄口醤油1 塩少々 カットワカメ1 梅かまぼこ1 長ネギ2 だしカツオ1 しょうゆ2	ひよこ組 月齢による <b>大学芋</b> さつまいも70 砂糖7粒4
9	金	ごはん グリーンサラダ かぼちゃチーズコロケ オーロラソース しめじの味噌汁	レタス25 和風ドレッシング8 南瓜20 小麦粉5 卵5 パン粉10 ケチャップ3 マヨネーズ3 しめじ15 大根10 カットわかめ0.1 油揚げ1 長ネギ1 味噌8 いらりこ2	ひよこ組 月齢による <b>スープバスタ</b> スパゲ10 エースコーン8
10	土	わかめご飯 フロッコリーサラダ チーズはんぺんフライ もやしの味噌汁	炊き込みわかめ1 フロッコリー10 人参10 ドレッシング5 チーズはんぺんフライ1個 油2 もやし5 人参2 しめじ3 小葱1 味噌8 いらりこ3	ひよこ組 月齢による <b>クリームパン</b> 1個
12	月	ごはん 納豆 旨煮 チンゲン菜の味噌汁	納豆30 鶏肉15 角天10 南瓜40 人参10 玉ねぎ20 インゲン5 大根20 こんにゃく10 油1 砂糖3 みりん2 しょうゆ3 チンゲン菜20 人参5 玉ねぎ10 長ネギ2 味噌8 いらりこ3	ひよこ組 月齢による <b>卵パン</b> ロールパン1個 卵サラダ8
13	火	ごはん キャベツの胡麻和え 鮭のマヨネーズ焼き かぼちゃの味噌汁	キャベツ40 人参4 もやし10 醤油1.5 砂糖0.5 すりごま1 鮭50g 塩 コショウ 酒 卵 マヨネーズ かぼちゃ30 玉ねぎ20 油揚げ1 味噌8 いらりこ2	ひよこ組 月齢による <b>ポッポコーン</b> コーン10 しお
14	水	親子丼 りんご ほうれん草のツナ和え 玉ねぎの味噌汁	米50 卵20 鶏肉20 玉ねぎ30 人参10 小松菜10 砂糖2 醤油2 酒2 りんご1/6 ほうれん草20 カリフラワー30 人参3 ツナ8 しょうゆ1 玉ねぎ20 あげ1 わかめ0.5 長ネギ1 味噌8 いらりこ2	ひよこ組 月齢による <b>アメリカンドッグ</b> ミックス粉10ソーセージ25揚げ油
15	木	ごはん グリーンサラダ 蓮根のはさみ揚げ(きこのの薄くずスープ)	レタス25 和風ドレッシング8 蓮根のはさみ揚げ2個 レタス15 しめじ10 えのき7 青梗菜10 人参5 中華味1 酒2 塩少々 片栗粉2	ひよこ組 月齢による <b>フルーツヨーグルト</b> みかん缶20/パン缶20/バナナ40ヨーグルト60
16	金	ごはん フロッコリーとじゃこのサラダ 肉じゃが 小松菜の味噌汁	フロッコリー40 人参10 ちりめんじゃこ3 和風ドレッシング8 じゃが50 玉ねぎ30 人参20 豚肉15 こんにゃく20 砂糖1 酒2みりん2 醤油2 小松菜10 人参5 玉ねぎ10 味噌8 いらりこ2	ひよこ組 月齢による <b>芋だんご</b> さつまいも30 砂糖 ミックス粉 油
17	土	ゆかりご飯 小松菜の煮浸し 春巻き 小松菜のスープ	ゆかり 小松菜20 人参10 えのきだけ10 醤油4 砂糖3 かつお節1 きゃべつ20 玉葱10 人参5 卵30 鶏小間8 厚揚げ10 醤油4砂糖5 小松菜10 もやし20 人参2鶏がらスープ	ひよこ組 月齢による <b>メロンパン</b> メロンパン
19	月	ごはん 海草サラダ 筑前煮 南瓜の味噌汁	カットわかめ1 きゅうり20 人参5 もやし15 酢3 砂糖2 醤油1 鶏肉20 ごぼう15 蓮根20 人参15 筍10 厚揚げ20 いんげん5 油3 醤油3 砂糖2 みりん2 南瓜25 玉ねぎ20 味噌8 長ネギ1 いらりこ2	ひよこ組 月齢による <b>たご焼き</b> たご焼き4個 ソース マヨネーズ
20	火	お誕生会 炊き込みご飯 ケーキ 唐揚げ ウィンナー ポテトサラダ 豆腐の味噌汁	干しいだけ1 竹の子5 人参5 ごぼう5 油揚げ1 鶏肉10 みりん3 醤油3 酒2 トマト5 レタス10 ケーキ 鶏肉80 塩こしょう にんにく1 片栗粉5 油2ウィンナー1 本じゃがいも30 きゅうり10 人参5 むき枝豆5 チーズ5 ロースハム5 マヨネーズ6 人参7 小ねぎ1 豆腐20 味噌8 いらりこ3	ひよこ組 月齢による <b>ミニうどん</b> うどん麺30小ねぎ 醤油2かつお節
21	水	ごはん ささみとしめじの中華和え 魚の天ぷら 中華スープ	ささみ10 きゅうり20 しめじ8 人参3 フロッコリー10 酢5 砂糖3 ごま油1 カレイ50 塩 こしょう 天ぷら粉3 わかめ0.5 人参5 小松菜15 中華味1 ごま油1 すりごま1 木耳1	ひよこ組 月齢による <b>高菜おにぎり</b> 米30 高菜漬物10 卵17 ちりめんじゃこ2 ごま2 醤油 2 砂糖1 砂糖2
22	木	ごはん ひじきの炒り煮 八宝菜 春雨スープ	ひじき3 人参8 あげ3 糸蒟蒻12 油1 砂糖2 醤油3 豚肉20 白菜30 玉ねぎ20 人参8 筍5 かまぼこ5 きくらげ0.5 うすら卵1個 しめじ5 青梗菜10 鶏がら2片栗粉 春雨7 インゲン5 えのき15 中華味1 ニラ2 ゴマ0.5	ひよこ組 月齢による <b>手作りポテトチップス</b> じゃが芋20 白飯め油6
23	金	ごはん ハムとほうれん草の錦糸和 レバー甘辛煮 具だくさん味噌汁	ハム10 ほうれん草15 きゅうり15 春雨3 ごま1 卵5 醤油2 砂糖1 酢3 レバー50砂糖2 醤油2生姜0.5 パプリカ赤5 パプリカ黄3 人参10 いら2 玉ねぎ30 ちんげんさい10 玉ねぎ5 きゃべつ10 しめじ10 えのき10 味噌5 いらりこ3	ひよこ組 月齢による <b>きな粉団子</b> 白玉30きな粉6 粉黒砂糖6
24	土	ごはん きゃべつの胡麻和え 牛肉コロケ ワカメのすまし汁	きゃべつ30 もやし15 人参5 胡麻1 砂糖1 醤油2 牛肉コロケ60g カットワカメ1 麩2個 人参5 小葱2 カツオ1 しょうゆ2	ひよこ組 月齢による <b>甘納豆スティック</b> 甘納豆スティック
26	月	ごはん マカロニサラダ 魚の煮付け 豆腐の味噌汁	マカロニ8 人参5 きゅうり15 ハム10 マヨネーズ6 赤魚50 醤油3 砂糖2 酒2 豆腐10 小ねぎ1 油揚げ2 カットわかめ0.1 いらりこ3 味噌8	ひよこ組 月齢による <b>ホイップチョコパン</b> ロールパン1個 チョコソース5 ホイップ5
27	火	ごはん 若草和え けんちん煮 玉ねぎの味噌汁	筍10 キャベツ20 きゅうり15 人参5 もやし10 しらたき10 卵15 砂糖1 醤油2 豚肉20 焼き豆腐20 里芋30 大根20 人参10 砂糖1.25 醤油6 油1 玉ねぎ15 しめじ8 味噌8 長ネギ1 いらりこ2	ひよこ組 月齢による <b>南瓜とさつまいものきん粉スティック</b> 南瓜30 さつまいも30 揚げ油 3きなこ きび砂糖2
28	水	遠足		
30	金	ごはん グリーンサラダ 栄養おし身揚げ 豆腐の味噌汁	レタス40 和風ドレッシング5 すり身32 玉ねぎ10 人参5 ニラ1.5 ひじき1 卵2 塩少々 油 豆腐30 白菜15 大根10 人参10 味噌8 こねぎ1 いらりこ3	ひよこ組 月齢による <b>フルーツポンチ</b> ゼリー果8 みかん缶10 パイン缶10

※午後未満児のおやつ、ひよこ組については月齢により、ハイハイ・マンナポーロ・マンナビスケッ・マンナウエハースのいずれかになります。

