

日	曜	献立名	食材	おやつ
1	木	鶏焼き丼 いんご さつまいものサラダ すまし汁	鶏肉60 黄色ピーマン5 赤色ピーマン5 玉ねぎ30 生姜2 しょうゆ5 みりん5 刻み海苔1りんご1/6 さつまいも30 きゅうり10 人参5 チーズ5 マヨネーズ8 花かまぼこ8 カイワレ大根3 玉ねぎ10 かつお節2 薄口醤油3	ひよこ組 月齢による <b>ゴマチーズおにぎり</b> 米30 ゴマ1 チーズ5 塩
2	金	ごはん マカロニサラダ うま煮 もやしの味噌汁	マカロニ2 きゅうり20 卵10 ハム10 人参10 チーズ2 マヨネーズ8 鶏肉15 じゃが芋50 玉ねぎ40 人参5 糸こんに10 角豆10 枝豆5 油1 砂糖3 醤油3 人参15 油揚げ2 もやし10 味噌8 いらこ3	ひよこ組 月齢による <b>ミルクスイーツ</b> 牛乳50 黄桃缶10 ストロベリー素50
3	土	ごはん レタスサラダ 豚ひき肉丼 わかめのスープ	レタス10 ノンオイルドレッシング3 豚ひき肉40 玉ねぎ10 にんじん5 しょうゆ4 砂糖3 みりん2酒2 もやし10 カットわかめ1 小ねぎ1 コンソメ3	ひよこ組 月齢による <b>アンパン</b>
5	月	ごはん ひじきの炒め煮 白身魚フライ マヨネーズソース かぼちゃの味噌汁	ひじき1 人参5 竹輪5 いんげん1 砂糖1.5 濃口1.6 みりん1 鯛50 油1 小麦粉2 卵3 パン粉4 パプリカ赤5 きゅうり10 玉ねぎ5 マヨネーズ8 かぼちゃ20 玉ねぎ20 長ネギ1 味噌8 いらこ2	ひよこ組 月齢による <b>あじさいヨーグルト</b> ヨーグルト50 ゼリー20 牛乳30
6	火	[シンガポール料理] ハイナンジーファン シンガポールヌードル コーンスープ	鶏肉80g 人参8 玉ねぎ8 鶏がらスープの素 豚肉15 人参15 玉ねぎ30 キャベツ30 木耳1 ピーマン6 むきえび10 カレー粉4 ピーファン10 コンソメ 玉ねぎ10 コーンクリーム缶30 コンソメ5 パセリ1	ひよこ組 月齢による <b>カレーおにぎり</b> 米30 人参5 コーン5 カレー粉5 コンソメ5 ウインナー マーガリン
7	水	ごはん フレンチサラダ 納豆 肉じゃが 豆腐菜の味噌汁	キャベツ35 きゅうり10 コーン3 人参8 フレンチドレッシング10 納豆30 じゃが50 玉ねぎ30 人参20 豚肉15 こんにゃく20 角豆4 厚揚げ20 グリンピース1 砂糖1 酒2みりん2 醤油2 豆腐10 カットワカメ1 小ねぎ1	ひよこ組 月齢による <b>卵サンド</b> 卵サラダ ロールパン
8	木	ごはん きゃべつの胡麻和え 鯖の味噌煮 きのこのスープ	きゃべつ30 もやし15 人参5 胡麻1 砂糖1 醤油2 鯖50 味噌8 生姜1 砂糖4 みりん2 しめじ10 えのき7 もやし10 人参5 小ねぎ1 中華だし3 酒2 塩 片栗粉2	ひよこ組 月齢による <b>きんごパン</b> 食パン1/2 きんご10 砂糖10 塩0.1
9	金	ごはん 和風サラダ 一口ゼリー ハヤシライス ほうれん草のスープ	キャベツ35 きゅうり10 コーン3 人参8 和風ドレッシング10 一口ゼリー2個 豚肉15 じゃがいも50 玉ねぎ20 人参10 グリンピース2 ハヤシルウ10 ほうれん草10 人参5 玉ねぎ10 コンソメ5	ひよこ組 月齢による <b>たご焼き</b> たご焼き ソース マヨネーズ
10	土	わかめごはん もやし炒め 蓮根のはさみ揚げ 味噌汁	炊き込みわかめ1 もやし10 人参3 コーン2 醤油マーガリン3 しお こしょう 蓮根のはさみ揚げ2個 もやし5 油揚げ1 しめじ3 小葱1 味噌8	ひよこ組 月齢による <b>クリームパン</b> クリームパン1個
12	月	ゆかりごはん バナナ1/2 野菜の五目煮 ワンタンスープ	ゆかり バナナ1/2 鶏肉15ごぼう15 蓮根20人参15こんにゃく10大豆5いんげん5 醤油3 砂糖2 ベーコン10 もやし20 玉ねぎ10 人参10 長ネギ8 ワンタン10 鶏がらスープ1.5 薄口醤油1 ごま油0.5	ひよこ組 月齢による <b>いちごジャムパン</b> ロールパン1個 いちごジャム ホイップ
13	火	ごはん レンコンと大豆とチーズのころころサラダ ドライカレー 中華スープ	レンコン15 胡瓜10 人参6 蒸し大豆9 りんご10 プロセスチーズ6 マヨ3 砂糖1 薄口1 いらこま 酢 ひき肉20 玉ねぎ40 人参10 しょうが1 ニンニク1 カレールー10 コンソメ わかめ0.5 人参5 小松菜15 中華味1 ごま油1 すりゴマ1 木耳1	ひよこ組 月齢による <b>スティックケーキ</b> ホットケーキミックス13 卵5 牛乳15 チーズ5 砂糖5 胡麻1
14	水	セルフおにぎり もやしと竹輪のナムル 焼うどん 小松菜のスープ	ゆかり もやし20 胡瓜15 竹輪6 醤油2 ごま油1 うどん種40 きゃべつ15 竹輪5 豚肉20 もやし10 鰹節1 青のり1 焼きそばソース6 小松菜15 しめじ8 えのき8 人参10 小葱1 醤油 コンソメ	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
15	木	お誕生会 炊き込みご飯 なし ポテトフライ フロッキー 白身魚のバター焼き 春雨とキャベツのスープ	干しいたけ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 なし ポテトフライ15 油2 フロッキー25 しお 白身魚50 小麦粉4 バター5 しお コショウ 酒 春雨6 キャベツ20 人参5 たまねぎ10 ニラ3 中華味1.5	ひよこ組 月齢による <b>ケーキ</b> レアストロベリー
16	金	ごはん コールスローサラダ 野菜カレー コンソメスープ	サニーレタス5 コーン3 人参8 コールスロードレッシング10 豚肉15じゃがいも20玉ねぎ40人参10なす15 南瓜10枝豆2にんにく0.5生姜1カレールー キャンディーチーズ2個 小松菜10 人参5 玉ねぎ10 コンソメ2	ひよこ組 月齢による <b>ブルーベリージャムパン</b> ロールパン1個 ブルーベリージャム ホイップ
17	土	ごはん フロッキーサラダ ししゃもフライ もやしの味噌汁	フロッキー30 人参10 胡麻ドレッシング5 ししゃもフライ3匹 もやし10 カットわかめ1 揚げ2 小葱2 味噌8	ひよこ組 月齢による <b>たべっこ動物</b>
20	火	ごはん コールスローサラダ 鮭のマヨネーズ焼き かぼちゃのスープ	コーン20 レタス5 きゅうり30 人参10 チーズ10 コールスロードレッシング5 鮭50g 塩 コショウ 酒 卵 マヨネーズ かぼちゃ20 人参10 玉ねぎ10 こねぎ1 中華スープ素	ひよこ組 月齢による <b>ポッスコーン</b> コーン10 しお
21	水	セルフおにぎり 一口ゼリー かき揚げうどん コーンサラダ	炊き込みわかめ0.1 一口ゼリー 鶏30 かつお節3 醤油3 みりん2 人参5 玉ねぎ10 粉10油2 コーン10 きゅうり20 人参10 ほうれん草20 マヨネーズ8	ひよこ組 月齢による <b>ツナパン</b> ロールパン1個 ツナ
22	木	ごはん ほうれん草ともやしの和え物 ぎせい豆腐 えのきのスープ	ほうれん草20 もやし20 人参10 醤油 絞豆腐35 鶏ひき肉15 干し椎茸2 人参7 卵15 三つ葉2 砂糖1 みりん2 醤油3 えのき10 もやし20 人参2しめじ20 鶏がらスープ	ひよこ組 月齢による <b>お好み焼き</b> 粉25 きゃべつ20 青のり鰹節ソース マヨ
24	土	焼肉丼 野菜炒め もやしのスープ	こめ50 牛肉40 玉ねぎ20 生姜 醤油4.5 みりん4.5 もやし15 きゃべつ15 にんじん5 玉ねぎ10 ピーマン4 ごま油1 鶏がらスープの素 もやし5 人参2しめじ3 小葱1 コンソメ3	ひよこ組 月齢による <b>リングドーナツ</b>
26	月	ごはん レタスのサラダ スパゲティポリタン なすのスープ	レタス6 コーン3 コールスロードレッシング8 スパゲティ30ウインナー10玉ねぎ20人参8ピーマン5ケチャップ15酒2砂糖1.5濃口1ソース1 なす15 人参5 玉ねぎ10 長ネギ2 コンソメ3	ひよこ組 月齢による <b>冷やしぜんざい</b> 小豆12 白玉5 砂糖10
27	火	ごはん 中華和え 魚のピザ風焼き 南瓜の味噌汁	きゅうり10 人参6 春雨5 きくらげ1 砂糖3 酢3 ごま油1 醤油1 白身魚50 玉ねぎ10 人参5 ピーマン5 ケチャップ8 ピザチーズ10 かぼちゃ30 あげ3 玉ねぎ15 長ネギ2 いらこ2 味噌10	ひよこ組 月齢による <b>お宿さん風呂おにぎり</b> こめ30 油揚げ5 砂糖5 しょうゆ3
28	水	ごはん 寒天サラダ オレンジ レバーの甘辛煮 もやしの味噌汁	ハム5 卵8 きゅうり15 人参8 寒天サラダ2.5 酢5 砂糖3 ごま油1 オレンジ1/6 鶏レバー30ニンニク1生姜0.5 人参10 ニラ2 パプリカ20 濃口2.5 砂糖2 酒1 大根10 もやし20 人参4長ネギ1 味噌8 いらこ2	ひよこ組 月齢による <b>ヨーグルトケーキ</b> プレーンヨーグルト400ホットケーキミックス100 砂糖50 卵2個 サラダ油45
29	木	ごはん 高野豆腐のコロコロ煮 バナナ ゆで豚の香味ソース きのこ味噌汁	高野豆腐5 蓮根15 人参10 蒟蒻6 ごぼう10 醤油2 砂糖1 油1バナナ50 豚肉50 キャベツ30 生姜 長ネギ 醤油2 砂糖1 酢3 酒1 玉ねぎ20 乾燥わかめ1 えのき5 しめじ10 味噌5 いらこ2	ひよこ組 月齢による <b>冷やしぞうめん</b> そうめん
30	金	ごはん バンサンズ キウイ 手羽元のバーベキュー煮 かぼちゃの味噌汁	春雨4 きゅうり20 人参4 卵12 ハム7 砂糖 酢 醤油 ごま油 キウイ30 手羽元2本 ケチャップ10 濃口3 ごま油2 みりん1 ニンニク1 ショウガ1 かぼちゃ20 玉ねぎ20 長ネギ1 味噌8 いらこ2	ひよこ組 月齢による <b>さつまいものあんこかけ</b> さつまいも40 粒あん

※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・マンナビスケット・マンナウエハースのいずれかになります。

