

日	曜	献立名	食材	おやつ
4	水	ごはん 紅白なます しょうが焼き 玉ねぎの味噌汁	大根30 人参3 酢5 砂糖4 豚肉80 しょうが1 しょうゆ3 砂糖2 みりん1 玉ねぎ20 玉ねぎ20 えのき10 人参6 ほうれん草10 いらこ3 味噌5	ひよこ組 月齢による 栗きんとん さつまいも70 栗甘露煮1個 クチナン砂糖18
5	木	ごはん さつま芋サラダ あんかけ焼きそば コーンスープ	さつまいも30 きゅうり20 ハム5 人参5 レーズン5 チーズ4 マヨネーズ8 玉ねぎ10 もやし6 白菜5 人参10 たらし 豚肉40 干し椎茸1 めん40 塩 醤油10三温糖5 片栗粉2 ごま油1 玉ねぎ10 コーンクリーム缶80 コンソメ5 パセリ1	ひよこ組 月齢による カレーおにぎり ※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
6	金	ごはん フロッキーの胡麻和え 野菜コロッケ しめじの味噌汁	フロッキー30 人参10 醤油5 砂糖4 胡麻1 野菜コロッケ30 しめじ15 きゃべつカットわかめ1 小松菜10 揚げ2 小葱2 味噌8	ひよこ組 月齢による 七草がゆ せり ナズナスナズ すずしろ ほとけのぎ ごきょう はこべら
7	土	ごはん ポテトサラダ 唐揚げ あおさの味噌汁	じゃがいも30 人参10 胡瓜10 ハム5 チーズ5 マヨネーズ6 鶏肉40g×2 片栗粉3 油4 塩0.1 酒2しょうが にんにく えのき10 豆腐20 あおさ いらこ3 味噌5	ひよこ組 月齢による 甘納豆ステーキ
10	火	給食式 ごはん フロッキーサラダ シューマイ 雑煮	フロッキー30 人参10 胡麻ドレッシング5 シューマイ 里芋30 小葱2 薄口醤油4 乾節0.2 鶏小間10 大根30 人参6 ごぼう10 白菜30 かまぼこ3	ひよこ組 月齢による ぜんざい 小豆12 さつまいも40 砂糖10
11	水	ごはん 高野豆腐のコロコロ煮 ししゃもフライ えのきの味噌汁	高野豆腐5 蓮根15 人参10 蒟蒻6 ごぼう10 醤油2 砂糖1 ししゃもフライ 油 えのき10人参5 しめじ5 油揚げ2 長ネギ1 いらこ2 味噌8	ひよこ組 月齢による お稲荷さん風おにぎり こめ30 油揚げ5 砂糖5 しょうゆ3
12	木	ごはん カミカミサラダ 香草焼き チンゲン菜のスープ	チーズ20 さきいか3 きゅうり5 ミックスピーンズ15 人参5 カットわかめ0.2 和風ドレッシング8 白身魚60 パン粉3 粉チーズ1 乾燥パセリ0.1 小麦粉4 人参3 もやし10 玉ねぎ5 チンゲン菜5 鶏がらスープ2	ひよこ組 月齢による コートrost ※パン1/2 マヨネーズ3 コーン6 マーガリン2
13	金	中華丼 みかん 中華サラダ わかめスープ	豚肉30 白菜20 にんじん8 きくらげ1 うずら卵1 かまぼこ2 白湯4 片栗粉1 みかん レタス20 コーン3 カニカマ5 和風ドレッシング5 ワカメ4 えのき15 長ネギ5 鶏がらスープ3	ひよこ組 月齢による さつまいもバターもち さつまいも40 バター6 片栗粉15 砂糖15 牛乳15 かりん 砂糖 醤油
14	土	わかめご飯 メンチカツ フロッキーサラダ 味噌汁	炊き込みわかめ1 メンチカツ50 油1 フロッキー30 人参3 ドレッシング3 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 ウエハースサンド
16	月	お誕生会 ゆかいごはん ポテトサラダ ハンバーグ フライドポテト コーンスープ	じゃがいも30 人参10 胡瓜10 ハム5 チーズ5 マヨネーズ6 ひき肉70 玉ねぎ30 パン粉 卵4 牛乳5 ナツメグ フライドポテト40 油3 玉ねぎ10 コーンクリーム缶80 コンソメ5 パセリ1	ひよこ組 月齢による ケーキ レアストロベリー
17	火	ごはん れんこんと大豆コロコロサラダ さばの煮つけ 小松菜のスープ	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4 砂糖1 薄口1 いらこま 酢 さば50 生姜1 砂糖30 醤油50 酒1 みりん2 人参2 小松菜20 小葱1 中華だし	ひよこ組 月齢による ポパイケーキ ミックス粉20 卵5 バター1 砂糖2 ほうれん草10 牛乳10
18	水	ごはん フレンチサラダ 肉じゃが 豆腐菜の味噌汁	キャベツ40 人参3 コーン3 きゅうり20 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 角天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 ソーセージパン 味ロール1/2 魚肉ソーセージ1/8 クチャップ5
19	木	にんじんごはん みかん だご汁 ひじきの炒り煮	人参10 じゃこ1 バター2 酒2 醤油2 かつお節1 みかん 鶏肉20 小麦粉4 白菜30 大根10 人参10 干しいたけ1 油揚げ4 かまぼこ8 長ねぎ3 里芋30 ひじき3 人参15 天平10 あげ2 醤油3 砂糖2 酒2 こんにゃく15 大豆10 豚肉30 ごぼう10	ひよこ組 月齢による 山海かりんどう さつまいも50 いらこ5 大豆5 薄口3 砂糖3 みりん1
20	金	ごはん マカロニサラダ マーマレード焼き もやしのスープ	マカロニ8 きゅうり20 人参5 マヨ10 鶏肉60 マーマレード4 にんじん0.2 しょうゆ5 みりん1 もやし10 えのき10 しめじ10 人参10 長ネギ2 コンソメ3	ひよこ組 月齢による チーズ蒸しパン ホットケーキミックス粉 チーズ 牛乳
21	土			
23	月	ごはん パナナ1/2 かつおふりかけ おでん風煮 フロッキーサラダ	パナナ1/2 かつおふりかけ 鶏もも肉25 だし昆布0.5 里芋30 大根20 人参10 こんにゃく10 ウズラの卵1個 厚揚げ40 醤油4 みりん2 フロッキー30 人参5 ちくわ5 青じそドレッシング5	ひよこ組 月齢による たまごパン ロールパン1個 卵サラダ10
24	火	ごはん ほうれん草ともやしの和え物 魚の西京焼き 白菜の味噌汁	ほうれん草20 もやし20 人参10 醤油 鮭50 味噌4 みりん1 砂糖0.5 白菜20 人参10 チンゲン菜20 小ねぎ1 いらこ3 味噌8	ひよこ組 月齢による お芋パイ さつまいも40 りんご5 砂糖5 生クリーム5 バター5/パイシート
25	水	ごはん 納豆 筑前煮 もずく汁	納豆30 鶏もも15 人参15 ごぼう20 蓮根20 里芋30 こんにゃく15 大根5 天平10 いんげん6 干しいたけ1 醤油 砂糖 酒 もずく15 人参7 オクラ7 小ねぎ1 味噌8 いらこ2	ひよこ組 月齢による カレーおにぎり ※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
26	木	ごはん こぶき芋 グラッセ 魚の南蛮漬け 卵スープ	じゃがいも60 塩 人参10 砂糖5 マーガリン3 鯛50 片栗粉5 ビーマン5 玉ねぎ6 人参5 酢4 砂糖3 醤油2 酒2 油8 レタス12 卵20 玉ねぎ10 小葱1 コンソメ	ひよこ組 月齢による シュガーラスク ※パン20 砂糖4 マーガリン4.5
27	金	ごはん フレンチサラダ ハヤシライス 春雨のスープ	キャベツ40 人参3 コーン3 きゅうり20 ドレッシング8 牛肉15 じゃがいも50 玉ねぎ20 人参10 グリンピース2 ハヤシルー6 えのき10 しめじ10 しいたけ1 きくらげ1 人参10 春雨8 コンソメ4	ひよこ組 月齢による ホイップチョコパン ロールパン1個 チョコソース5 ホイップ5
28	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 薄皮クリームパン
30	月	【インド料理】 ナン ライタサラダ バターチキンカレー スープラッサム	レタス10 胡瓜10 ゆで卵40 鶏肉30 玉ねぎ25 人参12 ヨーグルト50 カレー粉 ニンニク しょうが トマト缶6 バター5 生クリーム4 醤油 ミックスピーンズ30 トマト缶10 トマト10 鶏がらスープの素	ひよこ組 月齢による 高菜おにぎり ※30 高菜漬物10 卵17 ちりめんじゃこ2 ごま2 醤油 ごま油1 砂糖2
31	火	ごはん ハムとほうれん草の鯉糸和え エビと大豆のかき揚げ 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 えび20 人参10 玉ねぎ10 水揚げ大豆5 醤油2 砂糖2 塩1 油3 ちりめんさい10 玉ねぎ5 きゃべつ10 しめじ10 えのき10 味噌5 いらこ3	ひよこ組 月齢による スープバスタ ス/パン10 エースコーン8

