

日	曜	献立名	食材	おやつ
1	木	ごはん きゅうりの昆布和え 鮭の味噌チーズ焼き かぼちゃの味噌汁	きゅうり50 ごま油0.5 塩昆布3 ごま0.1 鮭50 塩0.1酒2 味噌3 みりん5 酒5 粉チーズ5 パセリ1 かぼちゃ30 玉ねぎ20 長ネギ1 味噌8 いらこ3	ひよこ組 月齢による ポテトもち じゃが芋80 片栗 パター サラダチーズ
2	金	ごはん フレンチサラダ 納豆 うき煮 味噌汁	きゃべつ20 胡瓜10 人参3 コーン3 ドレッシング8 フレンチドレッシング5 納豆 鶏肉15 里芋50 玉ねぎ40 人参5 糸こんにゃく10 角天10 枝豆5 油1 砂糖3 醤油3 人参15 大根20 ほうれん草10 味噌8	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10 サラダチーズ5
3	土	わかめご飯 メンチカツ フロッコリーサラダ 味噌汁	炊き込みわかめ1 メンチカツ50 油1 フロッコリー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
5	月	大分県の郷土料理 ごはん 和風サラダ りんご といて 鶏汁	キャベツ25 人参5 コーン5 胡瓜15 和風ドレッシング5 りんご1/6 鶏肉80 醤油3 にんにく1 砂糖2 小麦粉4 卵2 油3 鶏肉20 ごぼう10 人参10 椎茸1 長ねぎ2 出し汁(鶏ガラ) 砂糖3 みりん1 醤油3	ひよこ組 月齢による ジャムホイップパン ロールパン1個 いちごジャム4 ホイップ4
6	火	ごはん なすの中華和え 野菜ふりかけ 高野豆腐の煮物 彩り野菜スープ	ナス50 胡瓜20 ロースハム8 人参3 ゴマ1 酢 砂糖 薄口しょうゆ ごま油 野菜ふりかけ 鶏肉20 高野豆腐5 人参20 糸こんにゃく10 インゲン10 砂糖1 みりん2 醤油2 ウイナー3 れんこん5 いんげん3 しめじ5 玉ねぎ10 大根5 コーン5 トマト3 コンソメ0.8	ひよこ組 月齢による ヨーグルトケーキ 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4.5
7	水	ごはん ほうれん草のサラダ キウイ マーマレード焼き ワンタンスープ	ほうれん草30 人参5 コーン5 塩コショウ マヨネーズ4 キウイ 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 ワンタン2個 人参3 もやし10 チンゲン菜5 コンソメ5	ひよこ組 月齢による 塩昆布おにぎり 米30 塩昆布5 ごま油5 塩0.1 いらこま
8	木	チキンライス カレーの菜種焼き レタスのサラダ コンソメスープ	米50 人参5 玉ねぎ6 ピーマン5 ウイナー6 ケチャップ コンソメ カレー50 卵10 マヨネーズ5 パセリ1 レタス3 カニカマ8 ドレッシング4 人参6 玉ねぎ20 わかめ0.5 コンソメ1.5	ひよこ組 月齢による モチモチチーズパン マックス粉5 白玉粉11 砂糖10 牛乳15 マーガリン2
9	金	ごはん コールスローサラダ ビーフカレー 野菜スープ	きゃべつ30 きゅうり15 人参5 コーン10 コールスロートレッシング5 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 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 チョコホイップパン ロールパン1 チョコソース5 ホイップ5
10	土	中華丼 フロッコリーサラダ 玉ねぎ味噌汁	豚肉30 きゃべつ20 にんじん8 さくらげ1 白湯4 片栗粉1 フロッコリー30 和風ドレッシング4 玉ねぎ10 人参10 油揚げ1 小葱1 味噌8	ひよこ組 月齢による ミルクツイスト
12	月	ごはん りんご おかかふりかけ クリームシチュー コールスローサラダ	ふりかけ りんご1/6 鶏肉20 じゃがいも30 人参10 玉ねぎ30 ピーズ5 小麦粉9 パター9 牛乳20 スキム コンソメ キャベツ20 きゅうり5 人参8 コーン4 コールスロートレッシング8	ひよこ組 月齢による おかかおにぎり 米30 かつお節2 チーズ3 醤油2
13	火	はいはいよちよち遊ぼう会 セルフおにぎり パナナ 冷やししゃぶしゃぶうどん ポテトサラダ	ゆかりごはん パナナ うどん60 豚肉50 コーン10 トマト20 胡瓜10 めんつゆ じゃがいも30 胡瓜20 人参5 マヨネーズ8 チーズ3	ひよこ組 月齢による じゃこトースト 食パン30 じゃこ40 マーガリン2 マヨネーズ8
14	水	ごはん ハムとほうれん草の鰯系和え 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 いらこ3	ひよこ組 月齢による フライドポテト じゃが芋60 油5
15	木	ごはん シューマイ 栄養きんぴら 味噌汁	シューマイ1個 豚肉12 人参15 蓮根20 切り干し大根4 こんにゃく20 インゲン6 醤油3 酒3 砂糖2 人参5 玉ねぎ4 油揚げ1 味噌8 いらこ3	ひよこ組 月齢による たまごパン 卵サラダ10 ロールパン30
16	金	お誕生会 ごはん ポテトフライ -ロゼリー2個 唐揚げ フロッコリーとカリフラワーのサラダ 春雨スープ	ポテトフライ30 油3 -ロゼリー2個 鶏肉60 酒8 醤油8 ごま油5 しょうが5 にんにく5 ガラスープ素1 塩1 こしょう1 片栗粉23 ブロッコリー25 カリフラワー25 人参8 和風ドレッシング5 白菜20 春雨2 人参8 玉ねぎ8 鶏がらスープの素4 薄口醤油1.5	ひよこ組 月齢による ケーキ レアチョコ
17	土	わかめごはん ウイナーソーテー もやし味噌汁	混ぜ込みわかめ0.1 ウイナー30 きゃべつ40 玉葱10 人参5 コンソメ1 もやし10 人参10 油揚げ1 小葱1 味噌8	ひよこ組 月齢による ツイスト
19	月	セルフおにぎり レタスのサラダ スパゲティ+ポリタン なすのスープ	ゆかり レタス6 ドレッシング8 スパゲティ30ウイナー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 黒糖蒸しパン ホットケーキミックス20 牛乳20 油2 黒砂糖3
20	火	ごはん マカロニサラダ 豚肉のしょうが焼き なめこの味噌汁	マカロニ8 胡瓜20 人参5 卵5 マヨネーズ8 生姜焼き用豚肉70 玉ねぎ40 醤油4 砂糖3 みりん3 酒3 豆腐50 なめこ8 こねぎ2 いらこ3 味噌5	ひよこ組 月齢による きなごさずし きな粉5 砂糖5 小麦粉10 ベーキングパウダー0.2卵5バター5グラニュー糖5
21	水	ごはん さばの塩焼き 切干大根煮 じゃが芋味噌汁	さば50 塩0.1 切干大根8 人参5 天平5 醤油3 砂糖3 みりん1 じゃが芋20 玉ねぎ20 油揚げ2 小葱1 いらこ2 味噌8	ひよこ組 月齢による カレーおにぎり 米30 人参5 コーン5 カレー粉5 コンソメ5 ウイナー マーガリン
22	木	親子丼 りんご ほうれん草のソテー 味噌汁	鶏肉30 卵30 玉ねぎ20 人参10 枝豆3 醤油2 みりん1 酒2りんご1/6 ほうれん草40 コーン8 しお こしょう 人参5 玉ねぎ4 油揚げ1 味噌8 いらこ3	ひよこ組 月齢による 豆乳バナナケーキ ホットケーキミックス粉2.5 卵4 豆腐6 パナナ1/4 砂糖2
23	金	ごはん ピーナッツ和え パナナ 磯部揚げ きゃべつの味噌汁	もやし30 きゅうり20 人参6 ピーナッツ1 醤油2 砂糖3/パナナ1/2 ちくわ1本 青のり0.5 カレー粉1天ぷら粉5 きゃべつ10 人参5 えのき10 しめじ10 長ネギ1 味噌8 いらこ2	ひよこ組 月齢による 手作り野菜スティック 青カボチ15 パセリ1 三温糖1 ベーキングパウダー0.3 塩0.2 パター2 牛乳5
24	土	わかめごはん レタスのサラダ 野菜クロック オーロラソース チンゲン菜の味噌汁	炊き込みわかめ1 レタス10 ノンオイルドレッシング5 野菜クロック60 ケチャップ2 マヨネーズ2 人参5 チンゲン菜10 長ネギ1 いらこ3 味噌5	ひよこ組 月齢による 薄皮チョコパン 1個
26	月	ごはん ドレッシングサラダ 肉団子のもち米蒸し 大豆とトマトのスープ	キャベツ30 きゅうり15 人参3 コーン3 コールスロートレッシング8 1人2個)豚ひき肉40玉ねぎ10片栗粉2もち米(20個で1カップ)カレー粉 大豆水煮15 トマト20 玉ねぎ20 ベーコン5 パセリ1 コンソメ0.5	ひよこ組 月齢による 味噌焼きおにぎり 米30 味噌3 砂糖1 みりん1 白ごま1 刻み海苔 醤油
27	火	ごはん キャベツとハムのごまサラダ 魚の西京焼き 高野豆腐のかきたま汁	キャベツ30 ハム6 卵5 いらこ3 マヨ5 魚50 味噌4 みりん1 砂糖0.5 鶏肉10 高野豆腐4 玉ねぎ10 人参5 えのき5 干しいたけ1 長ネギ5 卵10 薄口醤油5 みりん1 片栗粉0.5	ひよこ組 月齢による 芋ぜんざい さつまいも30 小豆10 砂糖6 塩
28	水	ごはん さつまいもの甘辛煮 豚肉と野菜の味噌炒め ほうれん草のすまし汁	さつまいも30 砂糖5 薄口しょうゆ1レモン汁 キウイ 生姜焼き用60生姜1 きゃべつ30 ピーマン7 玉ねぎ20 人参8 味噌4 砂糖3 醤油3 人参8 えのき6 ほうれん草10 かつお節1 醤油3	ひよこ組 月齢による フルーツヨーグルト みかん缶20パイナップル20バナナ40ヨーグルト60
29	木	ごはん フロッコリーサラダ 新じゃがいものミートグラタン 野菜たっぷり味噌汁	ブロッコリー25 カリフラワー25 人参5 ノンオイル青しそドレッシング8 新じゃがいも50 玉ねぎ20 豚ひき肉30 トマトケチャップ8 中濃ソース4テミグラスソース20 塩 ビサチーズ20 バター2 サラダ油5 チンゲン菜8 にんじん8 玉ねぎ6 きゃべつ6 油揚げ2 長ネギ2 いらこ3 味噌8	ひよこ組 月齢による じゃこチーズおにぎり 米30 ちんげんさい3 チーズ8
30	金	ごはん フレンチサラダ ハヤシライス 野菜スープ	キャベツ15 きゅうり15 人参5 コーン5 フレンチドレッシング5 牛肉15 玉ねぎ50 人参10 じゃが芋30 枝豆2 生姜1 にんにく1 油2 ハヤシルー10 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 ブルーベリージャムホイップパン ロールパン1個 ブルーベリージャム4 ホイップ4

※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。