献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日			
2	御飯 かれのいの照り焼き ブロッコリーのゆかり和え かぼちゃと小松菜のみそ汁	3	御飯 ひき肉とじゃが芋のカレー炒め ほうれん草とツナのマヨネーズ和え 豆腐とキャベツのみそ汁	4	歯の日 御飯 さわらのみそ煮 チンゲン菜の納豆あえ じゃがいもとほうれん草のすまし汁	5	御飯 チャプチェ 小松菜のナムル わかめスープ	6	御飯 鶏ささ身のレモン風味 じゃがいもとそぼろのきんぴら 小松菜と大根のみそ汁	7	牛乳 豚すき丼 野菜スープ チーズ		
	牛乳 チャーハン		飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)		牛乳 歯固めクッキー		牛乳 みたらし団子風		牛乳 ツナサンド		牛乳 せんべい・クッキー		
9	御飯 あじの蒲焼き 三色なます さつまいもの豆乳みそ汁	10	御飯 豆腐の肉あんかけ ブロッコリーの甘味噌和え 玉ねぎとわかめのすまし汁	11	御飯 まぐろのフライ コールスローサラダ 野菜スープ	12	御飯 鶏肉と大根のこっくり煮 ほうれん草の磯あえ かぼちゃとしめじのみそ汁	13	御飯 豚肉のねぎだれ焼き 小松菜とちくわのさっぱり和え じゃがいものみそ汁	14	牛乳 パン ゼリー チーズ		
	牛乳 ほうれん草クッキー		お茶 コーンフレーク		牛乳 麩ののり塩ラスク		牛乳 肉みそスパゲティ		お茶 わかめおにぎり		牛乳 せんべい・クッキー		
16	御飯 鮭のごま衣焼き おくらのお浸し 白菜とさつまいものみそ汁	17	牛乳・ロールパン クリームシチュー 千切り大根ときゅうりのサラダ バナナ	18	御飯 豚肉とキャベツのポン酢炒め 小松菜の煮浸し 豆腐と玉ねぎのみそ汁	19	御飯 えのき入りのしどり風 チンゲンサイのカリカリじゃこ和え 白菜のすまし汁	20	御飯 炒り豆腐 ピーマンのツナあえ キャベツと大根のみそ汁	21	牛乳 ポークカレー コーンサラダ チーズ		
	牛乳 高野豆腐のココロ揚げ		お茶 しらすおにぎり おやつ昆布(3~5歳)		牛乳 トマトゼリー		牛乳 蒸しパン(かぼちゃ)		牛乳 マシュマロリッツサンド		牛乳 せんべい・クッキー		
23	御飯 さばの竜田揚げ 小松菜の中華風のり和え かぼちゃのみそ汁	24	お楽しみメニュー チキンライス ポテトサラダ 野菜スープ オレンジ	25	御飯 豚肉のしぐれ煮 キャベツのたくあん和え 大根と豆腐のみそ汁	26	御飯 タンドリーチキン ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	27	御飯 豚肉のしょうが焼き オクラとおかかのポン酢和え 白菜とじゃがいものみそ汁	28	牛乳 パン ゼリー チーズ		
	牛乳 焼きそば		牛乳 ココアケーキ		牛乳 ミニ黒糖ツイスト		牛乳 おはぎ		お茶 ヨーグルト・バナナ		牛乳 せんべい・クッキー		
30	御飯 鮭の西京焼き ほうれん草のごま和え チンゲン菜と大根のすまし汁												
	牛乳 おからドーナツ												