

# 献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
1	御飯 赤魚の煮付け 白菜のポン酢和え かぼちゃのみそ汁 牛乳 黒ごまマフィン	2	御飯 鶏ささ身のレモン風味 小松菜とちくわの和え物 じゃがいもとえのきのみそ汁 飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)	3	御飯 じゃがいもとピーマンのみそ炒め チンゲン菜のしらす和え 豆腐のすまし汁 牛乳 きなこ団子	4	虫歯予防デー 御飯 まぐろのフライ ブロッコリーのサラダ キャベツとわかめのみそ汁 牛乳 歯固めクッキー	5	御飯 鶏すき ほうれん草のごま和え 玉ねぎとしめじのみそ汁 牛乳 チヂミ	6	牛乳 パン ゼリー チーズ 牛乳 せんべい・クッキー
8	御飯 さわらのきのみそ焼き きゅうりの塩昆布和え チンゲン菜のすまし汁 牛乳 スイートポテト	9	御飯 甘酢から揚げ 小松菜の納豆あえ さつまいもと玉ねぎのみそ汁 牛乳 ミニ黒糖ツイスト	10	五目チャーハン キャベツとコーンの中華風サラダ 中華スープ オレンジ 牛乳 蒸しパン(さつまいも)	11	御飯 鶏肉のカレーあんかけ ブロッコリーのゆかり和え 豆腐のみそ汁 お茶 わかめおにぎり おやつ昆布(3~5歳)	12	御飯 豚肉とアスパラの甘辛炒め ひじきのマヨネーズ和え じゃがいものみそ汁 牛乳 マッシュマロリッツサンド	13	牛乳 ピラフ 野菜スープ チーズ 牛乳 せんべい・クッキー
15	御飯 さばの竜田揚げ チンゲン菜のとりみ炒め 大根のみそ汁 牛乳 みたらし団子	16	御飯 豚肉のしぐれ煮 ピーマンのツナあえ 白菜とわかめのみそ汁 牛乳 焼きそば	17	御飯 鶏肉のマーマレード焼き 白菜と油揚げの煮浸し じゃがいもとキャベツのみそ汁 お茶 ヨーグルト・バナナ	18	牛乳・ロールパン ポークチャップ コールスローサラダ コンソメスープ お茶 手作りふりかけおにぎり おやつ昆布(3~5歳)	19	御飯 炒り豆腐 おくらのお浸し えのきとほうれん草のみそ汁 お茶 コーンフレーク	20	牛乳 カレーライス ゼリー チーズ 牛乳 せんべい・クッキー
22	御飯 鮭の照り焼き 小松菜の中華風のり和え かぼちゃとキャベツのみそ汁 牛乳 ぶどうゼリー	23	お楽しみメニュー チキンライス 千切り大根ときゅうりのサラダ 野菜スープ バナナ 牛乳 ココアケーキ	24	御飯 豆腐の肉あんかけ キャベツのたくあん和え おふのみそ汁 牛乳 中華おこわ	25	御飯 あじの梅みそ焼き かぼちゃのそぼろあんかけ 大根のすまし汁 牛乳 きな粉トースト	26	御飯 豚肉と青菜の炒め物 ブロッコリーのごま酢あえ さつまいもとえのきのみそ汁 牛乳 ほうれん草クッキー	27	牛乳 パン ゼリー チーズ 牛乳 せんべい・クッキー
29	御飯 さわらの塩麹焼き 白菜のお浸し じゃがいもとしめじの豆乳みそ汁 牛乳 おからドーナツ	30	御飯 豚じゃが きゅうりの酢の物 小松菜と大根のみそ汁 牛乳 しらすとキャベツの和風スパゲティ								

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。