

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	みそ煮込みうどん ゆでうどん・鶏もも肉・大根・人参・ねぎ ごぼう・みそ・みりん・砂糖・だし ほうれん草ののり和え ほうれん草・もやし・人参・のり・しょうゆ (みかん→バナナ)	ごはん 鮭のホイル焼き 鮭・玉ねぎ・人参・えのきたけ・しょうゆ 白菜の甘酢和え 白菜・人参・酢・砂糖・食塩 なめこのみそ汁 なめこ・油揚げ・ねぎ・みそ・だし		ツイストパン (卵・乳アレルギー児:ドッグパン) ポークチャップ 豚こま肉・ピーマン・玉ねぎ・人参 ケチャップ・砂糖・コンソメ キャベツとコーンのソテー キャベツ・コーン・コンソメ かぼちゃのポタージュ かぼちゃ・豆乳・コンソメ	おかかおにぎり 米・かつお節・しょうゆ 鶏肉と野菜の炒め物 鶏もも肉・ほうれん草・玉ねぎ・人参 コーン・しょうゆ じゃが煮 じゃがいも・人参・玉ねぎ・しょうゆ 砂糖・みりん
	切干大根のおにぎり 米・切干大根・鶏ひき肉・人参 しょうゆ・砂糖・みりん・だし	あんバターサンド (食パン・ドッグパン)・こしあん (バター→きなこ)		ねぎ塩チャーハン 米・豚こま肉・ねぎ・コーン 食塩・ガラスープ(乳不使用)	いちご蒸しパン 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 牛乳・サラダ油・いちごジャム
7	8	9	10	11	12
ひき肉納豆丼 米・豚ひき肉・ひきわり納豆・ねぎ しょうゆ さつまい煮 さつまいも・人参・枝豆・しょうゆ 砂糖・みりん なすのみそ汁 なす・えのきたけ・みそ・だし	あんかけ焼きそば 焼きそばめん・豚こま肉・玉ねぎ・人参 白菜・しょうゆ・ガラスープ(乳不使用) ごま油・片栗粉 ナムル ほうれん草・もやし・コーン・しょうゆ 砂糖・酢・ごま油 ニラのスープ ニラ・豆腐・ガラスープ(乳不使用)	ごはん たらの磯焼き たら・しょうゆ・みりん・青のり キャベツのごま和え キャベツ・人参・白すりごま・しょうゆ 砂糖 じゃがいものみそ汁 じゃがいも・玉ねぎ・小ねぎ・みそ・だし	ごはん マーボー春雨 豚ひき肉・春雨・人参・玉ねぎ・ニラ みそ・砂糖・しょうゆ・みりん・ごま油 チンゲン菜の中華サラダ チンゲン菜・もやし・コーン・しょうゆ 砂糖・酢・ごま油 大根のスープ 大根・わかめ・ガラスープ(乳不使用)	ロールパン (卵・乳アレルギー児:ドッグパン) ポテトミートグラタン 豚ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参 (チーズ→豆乳チーズ)・ケチャップ コンソメ・砂糖 れんこんのサラダ れんこん・ツナ・人参・しょうゆ しょうゆ・砂糖・酢 かぶのスープ かぶ・白菜・コンソメ	中華ごはん 米・鶏もも肉・人参・枝豆・しょうゆ ガラスープ(乳不使用)・砂糖・ごま油 チンジャオロース 豚こま肉・ピーマン・人参・しょうゆ 砂糖・ごま油 もやしのナムル もやし・人参・しょうゆ・砂糖・酢・ごま油
サイコロきなこ 高野豆腐・豆乳・きなこ・砂糖 片栗粉・サラダ油 小魚	みそポテト じゃがいも・みそ・砂糖・みりん サラダ油	ツナマヨサンド (食パン・ドッグパン)・ツナ・じゃがいも (マヨネーズ→ケチャップ)	にんじんとりんごのケーキ ホットケーキミックス・砂糖・人参・りんご (バター→サラダ油)・(牛乳→豆乳)	五平もち 米・もち米・みそ・みりん・砂糖	バナナマフィン 小麦粉・ベーキングパウダー・バナナ 砂糖・牛乳・バター
14	15	16	17	18	19
さつまいもときのこのごはん 米・さつまいも・まいたけ・しめじ しょうゆ・みりん・だし 鶏の梅照り焼き 鶏もも肉・梅干し・しょうゆ・みりん・酒 白菜の煮びたし 白菜・人参・油揚げ・しょうゆ・みりん だし 麩のみそ汁 麩・わかめ・みそ・だし	赤飯 米・小豆・ごま油 ぶりの照り焼き ぶり・しょうゆ・みりん・砂糖 紅白なます 大根・人参・酢・砂糖・食塩 若竹汁 ゆでたけのこ・かにかま(卵不使用) ねぎ・しょうゆ・だし	ごはん 鮭のホイル焼き 鮭・玉ねぎ・人参・えのきたけ・しょうゆ 白菜の甘酢和え 白菜・人参・酢・砂糖・食塩 なめこのみそ汁 なめこ・油揚げ・ねぎ・みそ・だし	ごはん ジンギスカン風炒め物 豚こま肉・玉ねぎ・もやし・人参・砂糖 しょうゆ・にんにく・しょうゆ・みりん 野菜の昆布和え キャベツ・大根・人参・塩昆布 石狩汁 鮭・豆腐・じゃがいも・コーン みそ・だし	ツイストパン (卵・乳アレルギー児:ドッグパン) ポークチャップ 豚こま肉・ピーマン・玉ねぎ・人参 ケチャップ・砂糖・コンソメ キャベツとコーンのソテー キャベツ・コーン・コンソメ かぼちゃのポタージュ かぼちゃ・豆乳・コンソメ	おかかおにぎり 米・かつお節・しょうゆ 鶏肉と野菜の炒め物 鶏もも肉・ほうれん草・玉ねぎ・人参 コーン・しょうゆ じゃが煮 じゃがいも・人参・玉ねぎ・しょうゆ 砂糖・みりん
バナナパン ホットケーキミックス・バナナ	千歳芋 さつまいも・食塩・サラダ油	あんバターサンド (食パン・ドッグパン)・こしあん (バター→きなこ)	いももち じゃがいも・片栗粉・しょうゆ・砂糖 みりん	ねぎ塩チャーハン 米・豚こま肉・ねぎ・コーン 食塩・ガラスープ(乳不使用)	いちご蒸しパン 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 牛乳・サラダ油・いちごジャム
21	22	23	24	25	26
ひき肉納豆丼 米・豚ひき肉・ひきわり納豆・ねぎ しょうゆ さつまい煮 さつまいも・人参・枝豆・しょうゆ 砂糖・みりん なすのみそ汁 なす・えのきたけ・みそ・だし	みそ煮込みうどん ゆでうどん・鶏もも肉・大根・人参・ねぎ ごぼう・みそ・みりん・砂糖・だし ほうれん草ののり和え ほうれん草・もやし・人参・のり・しょうゆ (みかん→バナナ)	勤労感謝の日	ごはん マーボー春雨 豚ひき肉・春雨・人参・玉ねぎ・ニラ みそ・砂糖・しょうゆ・みりん・ごま油 チンゲン菜の中華サラダ チンゲン菜・もやし・コーン・しょうゆ 砂糖・酢・ごま油 大根のスープ 大根・わかめ・ガラスープ(乳不使用)	おたのしみパン (卵・乳アレルギー児:ドッグパン) コーンミートローフ 豚ひき肉・玉ねぎ・クリームコーン・食塩 パン粉(乳不使用)・ケチャップ・砂糖 ブロッコリーのみそサラダ ブロッコリー・人参・コーン・みそ・みりん 砂糖・酢・サラダ油 野菜スープ キャベツ・じゃがいも・えのきたけ チンゲン菜・コンソメ りんごジュース	中華ごはん 米・鶏もも肉・人参・枝豆・しょうゆ ガラスープ(乳不使用)・砂糖・ごま油 チンジャオロース 豚こま肉・ピーマン・人参・しょうゆ 砂糖・ごま油 もやしのナムル もやし・人参・しょうゆ・砂糖・酢・ごま油
サイコロきなこ 高野豆腐・豆乳・きなこ・砂糖 片栗粉・サラダ油 おしゃぶり昆布	切干大根のおにぎり 米・切干大根・鶏ひき肉・人参 しょうゆ・砂糖・みりん・だし		にんじんとりんごのケーキ ホットケーキミックス・砂糖・人参・りんご (バター→サラダ油)・(牛乳→豆乳)	フルーツショートケーキ ホットケーキミックス・砂糖・(卵→牛乳) (バター→サラダ油)・バナナ・プルーン もも缶・豆乳・クリーム	バナナマフィン 小麦粉・ベーキングパウダー・バナナ 砂糖・牛乳・バター
28	29	30			
さつまいもときのこのごはん 米・さつまいも・まいたけ・しめじ しょうゆ・みりん・だし 鶏の梅照り焼き 鶏もも肉・梅干し・しょうゆ・みりん・酒 白菜の煮びたし 白菜・人参・油揚げ・しょうゆ・みりん だし 麩のみそ汁 麩・わかめ・みそ・だし	あんかけ焼きそば 焼きそばめん・豚こま肉・玉ねぎ・人参 白菜・しょうゆ・ガラスープ(乳不使用) ごま油・片栗粉 ナムル ほうれん草・もやし・コーン・しょうゆ 砂糖・酢・ごま油 ニラのスープ ニラ・豆腐・ガラスープ(乳不使用)	ごはん たらの磯焼き たら・しょうゆ・みりん・青のり キャベツのごま和え キャベツ・人参・白すりごま・しょうゆ 砂糖 じゃがいものみそ汁 じゃがいも・玉ねぎ・小ねぎ・みそ・だし			
バナナパン ホットケーキミックス・バナナ	みそポテト じゃがいも・みそ・砂糖・みりん サラダ油	ツナマヨサンド (食パン・ドッグパン)・ツナ・じゃがいも (マヨネーズ→ケチャップ)			

※ 都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※ 献立は、月2回の繰り返し献立になっています。1度目は食べられなくても、2度目は味を覚えてもらえるようになっています。

※ 食物アレルギー児のお子様は()が代替品となります。

※ 月～木、おやつ時、金、昼食時に牛乳(豆乳)を提供しています。

※ 土曜日は先生たちによる手作り弁当となります。

※ 月に1度、郷土料理か世界の料理を取り入れていきます。今月は北海道です。

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	みそ煮込みうどん ゆでうどん・鶏もも肉・大根・人参・ねぎ みそ・みりん・砂糖・だし ほうれん草ののり和え ほうれん草・もやし・人参・のり・しょうゆ みかん	ごはん 鮭のホイル焼き 鮭・玉ねぎ・人参・えのきたけ・しょうゆ 白菜の甘酢和え 白菜・人参・酢・砂糖・食塩 なめこのみそ汁 なめこ・ねぎ・みそ・だし	文化の日	食パン ポークチャップ 豚こま肉・ピーマン・玉ねぎ・人参 ケチャップ・砂糖・コンソメ キャベツとコーンのソテー キャベツ・コーン・コンソメ かぼちゃのポタージュ かぼちゃ・豆乳・コンソメ
	切干大根のごはん 米・切干大根・鶏ひき肉・人参 しょうゆ・砂糖・みりん・だし	あんサンド 食パン・こしあん		ねぎ塩チャーハン 米・豚こま肉・ねぎ・コーン・食塩
7	8	9	10	11
ひき肉納豆丼 米・豚ひき肉・ひきわり納豆 ねぎ・しょうゆ さつま煮 さつまいも・人参・枝豆・しょうゆ 砂糖・みりん なすのみそ汁 なす・えのきたけ・みそ・だし	あんかけうどん 干しうどん・豚こま肉・玉ねぎ・人参 白菜・しょうゆ・だし・片栗粉 野菜の和え物 ほうれん草・もやし・コーン・しょうゆ 砂糖 豆腐のスープ 豆腐・しょうゆ・だし	ごはん たらの磯焼き たら・しょうゆ・みりん・青のり キャベツのごま和え キャベツ・人参・しょうゆ・砂糖 白すりごま じゃがいものみそ汁 じゃがいも・玉ねぎ・小ねぎ みそ・だし	ごはん マーボー春雨 豚ひき肉・春雨・人参・玉ねぎ みそ・砂糖・しょうゆ・みりん チンゲン菜の和え物 チンゲン菜・もやし・コーン しょうゆ・砂糖 大根のスープ 大根・わかめ・しょうゆ・だし	食パン ポテトミートグラタン 豚ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参 チーズ・ケチャップ・砂糖 れんこんのサラダ れんこん・ツナ・人参・コーン しょうゆ・砂糖 かぶのスープ かぶ・白菜・コンソメ
きなこ蒸しパン 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 きなこ・牛乳・サラダ油	じゃがいものみそ煮 じゃがいも・みそ・砂糖・みりん	ツナマヨサンド 食パン・ツナ・じゃがいも・マヨネーズ	にんじんとりんごのケーキ ホットケーキミックス・砂糖・人参 りんご・バター・牛乳	みそごはん 米・みそ・砂糖・みりん
14	15	16	17	18
さつまいもときのこのごはん 米・さつまいも・まいたけ・しめじ しょうゆ・みりん・だし 鶏の照り焼き 鶏もも肉・しょうゆ・みりん 白菜の煮びたし 白菜・人参・しょうゆ・みりん・だし わかめのみそ汁 わかめ・みそ・だし	ごはん ぶりの照り焼き ぶり・しょうゆ・みりん・砂糖 大根の和え物 大根・人参・しょうゆ わかめのすまし汁 わかめ・ねぎ・しょうゆ・だし	ごはん 鮭のホイル焼き 鮭・玉ねぎ・人参・えのきたけ・しょうゆ 白菜の甘酢和え 白菜・人参・酢・砂糖・食塩 なめこのみそ汁 なめこ・ねぎ・みそ・だし	ごはん 肉野菜炒め 豚こま肉・玉ねぎ・もやし・人参 しょうゆ・砂糖 野菜の和え物 キャベツ・大根・人参・しょうゆ 鮭のみそ汁 鮭・豆腐・じゃがいも・コーン みそ・だし	食パン ポークチャップ 豚こま肉・ピーマン・玉ねぎ・人参 ケチャップ・砂糖・コンソメ キャベツとコーンのソテー キャベツ・コーン・コンソメ かぼちゃのポタージュ かぼちゃ・豆乳・コンソメ
バナナケーキ ホットケーキミックス・砂糖・バナナ 牛乳・サラダ油	さつまいもの甘煮 さつまいも・砂糖	あんサンド 食パン・こしあん	じゃがいもの甘辛煮 じゃがいも・しょうゆ・砂糖	ねぎ塩チャーハン 米・豚こま肉・ねぎ・コーン・食塩
21	22	23	24	25 誕生日会
ひき肉納豆丼 米・豚ひき肉・ひきわり納豆 ねぎ・しょうゆ さつま煮 さつまいも・人参・枝豆・しょうゆ 砂糖・みりん なすのみそ汁 なす・えのきたけ・みそ・だし	みそ煮込みうどん ゆでうどん・鶏もも肉・大根・人参・ねぎ みそ・みりん・砂糖・だし ほうれん草ののり和え ほうれん草・もやし・人参・のり・しょうゆ みかん	勤労感謝の日	ごはん マーボー春雨 豚ひき肉・春雨・人参・玉ねぎ みそ・砂糖・しょうゆ・みりん チンゲン菜の和え物 チンゲン菜・もやし・コーン しょうゆ・砂糖 大根のスープ 大根・わかめ・しょうゆ・だし	食パン コーンミートローフ 豚ひき肉・玉ねぎ・クリームコーン 食塩・パン粉・ケチャップ・砂糖 ブロッコリーのサラダ ブロッコリー・人参・コーン しょうゆ・砂糖 野菜スープ キャベツ・じゃがいも・えのきたけ チンゲン菜・コンソメ りんごジュース
きなこ蒸しパン 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 きなこ・牛乳・サラダ油	切干大根のごはん 米・切干大根・鶏ひき肉・人参 しょうゆ・砂糖・みりん・だし		にんじんとりんごのケーキ ホットケーキミックス・砂糖・人参 りんご・バター・牛乳	フルーツケーキ ホットケーキミックス・砂糖・卵 バター・パイナップル缶・もも缶
28	29	30		
さつまいもときのこのごはん 米・さつまいも・まいたけ・しめじ しょうゆ・みりん・だし 鶏の照り焼き 鶏もも肉・しょうゆ・みりん 白菜の煮びたし 白菜・人参・しょうゆ・みりん・だし わかめのみそ汁 わかめ・みそ・だし	あんかけうどん 干しうどん・豚こま肉・玉ねぎ・人参 白菜・しょうゆ・だし・片栗粉 野菜の和え物 ほうれん草・もやし・コーン・しょうゆ 砂糖 豆腐のスープ 豆腐・しょうゆ・だし	ごはん たらの磯焼き たら・しょうゆ・みりん・青のり キャベツのごま和え キャベツ・人参・しょうゆ・砂糖 白すりごま じゃがいものみそ汁 じゃがいも・玉ねぎ・小ねぎ みそ・だし		
バナナケーキ ホットケーキミックス・砂糖・バナナ 牛乳・サラダ油	じゃがいものみそ煮 じゃがいも・みそ・砂糖・みりん	ツナマヨサンド 食パン・ツナ・じゃがいも・マヨネーズ		

※ 都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※ 献立は、月2回の繰返し献立になっています。1度目は食べられなくても、2度目は味を覚えてもらえるようになっています。

※ 土曜日はご家庭で用意し、お持ち下さい。