

給食献立表

2018年7月

向こころ保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2・30	月	親子丼 塩昆布和え(小松菜) 味噌汁(冬瓜・玉葱・人参)	牛乳 スイートポテト ぶどう	米、さつまいも、砂糖、小麦粉、ごま油	牛乳、卵、鶏肉、味噌、バター、ごま、卵黄、黒ごま	玉葱、小松菜、ぶどう、冬瓜、人参、椎茸、絹さや、塩こんぶ
3・17	火	にんにく醤油のスパゲティ ジャーマンポテト 野菜スープ(レタス・人参・玉葱)	牛乳 コーントースト オレンジ	スパゲッティ、じゃがいも、食パン、マヨネーズ、オリーブ油、油	牛乳、ベーコン、ウインナー	玉葱、オレンジ、レタス、クリームコーン、人参、しめじ、コーン、パセリ
4・18	水	御飯 鯖の竜田揚げ 和え物(モロヘイヤ) 味噌汁(大根・長葱)	牛乳 カルテツサブレ おせんべいしょうゆ味 バナナ	米、片栗粉、油	牛乳、鯖、味噌、ツナ	バナナ、モロヘイヤ、大根、長葱、人参
5・19	木	ロールパン 豆腐グラタン コールスローサラダ(キャベツ) 野菜スープ(青梗菜・人参)	牛乳 ひじきおにぎり メロン	ロールパン、米、砂糖、油、ごま油	牛乳、豆腐、豚挽、とろけるチーズ、ハム	メロン、玉葱、キャベツ、茄子、青梗菜、人参、トマト、胡瓜、ひじき
6・20	金	わかめご飯 かんぱちの味噌焼き かぼちゃの甘煮 すまし汁(素麺・人参・オクラ)	牛乳 カルピスゼリー ほしっこ すいか	米、そうめん、砂糖	牛乳、かんぱち、カルピス、味噌	すいか、南瓜、人参、オクラ、かんとん
7・21	土	御飯 肉じゃが 煮浸し(ほうれん草) 味噌汁(もやし・玉葱・人参)	牛乳 牛乳 カルシウム入りミルクビスケット ヘム鉄入りえびせん バナナ	米、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、鶏挽、さつまいも、味噌	バナナ、ほうれん草、玉葱、人参、もやし
9・23	月	冷やしラーメン さつまいもの味噌煮 キャベツの塩もみ	牛乳 チーズ蒸しケーキ メロン	中華麺、さつまいも、小麦粉、砂糖、ごま油、油、砂糖	牛乳、ハム、クリームチーズ、卵、ちくわ、チーズ、味噌	メロン、キャベツ、長葱、コーン、若布、人参
10・24	火	御飯 鮭の照り焼き 冬瓜のあんかけ 味噌汁(ほうれん草・玉葱・えのき)	牛乳 カルテツベビードーナツ ベジタブルせんべい バナナ	米、片栗粉	牛乳、鮭、鶏挽、味噌	バナナ、冬瓜、ほうれん草、玉葱、えのきたけ
11・25	水	御飯 チキンカツ ごまマヨネーズ和え(もやし・いんげん) 味噌汁(南瓜・玉葱・人参)	牛乳 わらび餅 すいか	米、わらび餅粉、砂糖、小麦粉、パン粉、油、マヨネーズ	牛乳、鶏肉、味噌、きな粉、卵、ごま	すいか、南瓜、もやし、人参、玉葱、いんげん
12・26	木	御飯 すずきのカレームニエル ラタトゥユ 味噌汁(豆腐・モロヘイヤ・玉葱)	牛乳 いちごのクッキー ぶどう	米、小麦粉、砂糖、オリーブ油	牛乳、すずき、豆腐、ベーコン、バター、味噌、卵	ぶどう、玉葱、トマト、モロヘイヤ、茄子、ズッキーナ、人参、いちごジャム
13・27	金	ぶどうパン クリームシチュー 野菜サラダ(レタス) りんご	牛乳 五平餅 オレンジ	ぶどうパン、米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、ごま油、片栗粉	牛乳、豚肉、ツナ、バター	レタス、りんご、玉葱、オレンジ、人参、アスパラガス、コーン、胡瓜
14・28	土	御飯 ハンバーグ 野菜ソテー(キャベツ) 味噌汁(若布・玉葱・油揚げ)	牛乳 野菜ウエハース つなっこ バナナ	米、片栗粉、油	牛乳、豚挽、豆腐、味噌、油揚げ	バナナ、玉葱、キャベツ、人参、若布
31	火	肉うどん なすのなべしぎ トマト ヨーグルト	牛乳 ポテトマフィン すいか	干麺、小麦粉、マヨネーズ、じゃがいも、砂糖、油、砂糖	牛乳、ヨーグルト、豚肉、鶏挽、なると、卵、ハム、味噌	すいか、玉葱、茄子、トマト、人参、長葱、ピーマン
3～5歳児 1か月の平均栄養量 (おやつ含む)			エネルギー	589kcal	鉄	2.6g
			たんぱく質	22.0g	カルシウム	267mg
			脂質	18.6g	ビタミンC	36mg
			塩分	2.8g	食物繊維	3.9g

※材料の都合により献立が変更になることがあります。

日にち	午前1回食Ⅰ	午前1回食Ⅱ	午前2回食Ⅰ		午後2回食Ⅱ	
			午前	午後	午前	午後
2・30 月	つぶしがゆ 人参ペースト 冬瓜ペースト 小松菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 冬瓜つぶし 小松菜つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ ささみの旨煮 (ささみ・人参・玉葱・小松菜 だし・醤油) 味噌煮(冬瓜・だし・味噌)	七倍がゆ 豆腐の野菜煮 (豆腐・キャベツ・人参 玉葱・だし・醤油) 煮物 (さつま芋・だし)	七倍がゆ 鶏挽の旨煮 (鶏挽・人参・玉葱・小松菜 だし・醤油) 味噌煮(冬瓜・だし・味噌) 炒り卵(卵黄・だし)	七倍がゆ 豆腐の野菜煮 (豆腐・キャベツ・人参 玉葱・だし・醤油) 煮物 (さつま芋・だし)
3・17 火	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト じゃが芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし じゃが芋つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱 じゃが芋・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油)	パンがゆ たらのスープ煮 (たら・人参・玉葱・南瓜 だし・醤油) 煮浸し (ブロッコリー・だし・塩)	煮込みうどん たらのスープ煮 (たら・人参・玉葱 じゃが芋・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油)	パンがゆ・スティックパン たらのスープ煮 (たら・人参・玉葱・南瓜 だし・醤油) 煮浸し (ブロッコリー・だし・塩)
4・18 水	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト 大根ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 大根つぶし しらすつぶし 野菜スープ	七倍がゆ しらす煮 (しらす・人参・玉葱 だし・味噌) 煮物 (大根・だし)	七倍がゆ ささみのあんかけ (ささみ・玉葱・ほうれん草 だし・味噌) 紅白煮 (里芋・人参・だし)	七倍がゆ しらす煮 (しらす・人参・玉葱 だし・味噌) 煮物 (大根・だし)	七倍がゆ 鶏挽のあんかけ (鶏挽・玉葱・ほうれん草 だし・味噌) 紅白煮 (里芋・人参・だし)
5・19 木	パンがゆつぶし 人参ペースト 玉葱ペースト キャベツペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし キャベツつぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ 豆腐のトマト煮(豆腐・トマト なす・玉葱・だし・醤油) 煮浸し (キャベツ・人参・だし・塩) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 鮭の旨煮 (鮭・白菜・人参・だし・醤油) 味噌汁 (じゃが芋・玉葱・だし・味噌)	パンがゆ・スティックパン 豆腐のトマト煮(豆腐・トマト なす・玉葱・だし・醤油) 煮浸し (キャベツ・人参・だし・塩) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 鮭の旨煮 (鮭・白菜・人参・だし・醤油) 味噌汁 (じゃが芋・玉葱・だし・味噌)
6・20 金	つぶしがゆ 人参ペースト 南瓜ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 南瓜つぶし 玉葱つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・味噌) やわらか煮 (南瓜・人参・玉葱 だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・大根 小松菜・だし・醤油) そぼろ煮 (ささみ・だし・塩)	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・味噌) やわらか煮 (南瓜・人参・玉葱 だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・大根 小松菜・だし・醤油) そぼろ煮 (ささみ・だし・塩)
7・21 土						
9・23 月	つぶしがゆ 人参ペースト キャベツペースト さつま芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし キャベツつぶし さつま芋つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参・玉葱 キャベツ・だし・醤油) 味噌煮 (さつま芋・だし・味噌)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 野菜煮 (南瓜・なす・玉葱・だし) チーズ	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参・玉葱 キャベツ・だし・醤油) 味噌煮 (さつま芋・だし・味噌)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 野菜煮 (南瓜・なす・玉葱・だし) チーズ
10・24 火	つぶしがゆ 冬瓜ペースト 玉葱ペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 冬瓜つぶし 玉葱つぶし ほうれん草つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ たらのトロトロ煮 (たら・人参・玉葱・冬瓜 だし・味噌) 煮浸し (ほうれん草・だし)	七倍がゆ ささみのやわらか煮 (ささみ・じゃが芋・白菜 人参・だし・醤油) 味噌汁 (大根・玉葱・だし・味噌)	七倍がゆ たらのトロトロ煮 (たら・人参・玉葱・冬瓜 だし・味噌) 煮浸し (ほうれん草・だし)	七倍がゆ 鶏挽のやわらか煮 (鶏挽・じゃが芋・白菜 人参・だし・醤油) 味噌汁 (大根・玉葱・だし・味噌)
11・25 水	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト 南瓜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 南瓜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 豆腐のあんかけ (豆腐・人参・玉葱・だし 醤油) 煮物(南瓜・だし・塩)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱 キャベツ・かぶ・だし・味噌) 煮魚 (たら・だし)	七倍がゆ 豆腐のあんかけ (豆腐・人参・玉葱・だし 醤油) 煮物(南瓜・だし・塩) 炒り卵(卵黄・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱 キャベツ・かぶ・だし・味噌) 煮魚 (たら・だし)
12・26 木	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト 青菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 青菜つぶし しらすつぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし・味噌) クタクタ煮 (なす・人参・玉葱・トマト だし・醤油)	パンがゆ ささみのスープ煮 (ささみ・人参・玉葱 ブロッコリー・だし・醤油) 煮物 (冬瓜・だし・塩)	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし・味噌) クタクタ煮 (なす・人参・玉葱・トマト だし・醤油)	パンがゆ・スティックパン ささみのスープ煮 (ささみ・人参・玉葱 ブロッコリー・だし・醤油) 煮物 (冬瓜・だし・塩)
13・27 金	パンがゆつぶし 人参ペースト 玉葱ペースト じゃが芋ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし 玉葱つぶし じゃが芋つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ そぼろ煮 (ささみ・だし・塩) ポテトスープ (じゃが芋・人参・玉葱 だし・醤油)	七倍がゆ 豆腐のどろみ煮 (豆腐・人参・玉葱・里芋 だし・醤油) 煮浸し (ほうれん草・だし・醤油)	パンがゆ・スティックパン そぼろ煮 (鶏挽・だし・塩) ポテトスープ (じゃが芋・人参・玉葱 だし・醤油)	七倍がゆ 豆腐のどろみ煮 (豆腐・人参・玉葱・里芋 だし・醤油) 煮浸し (ほうれん草・だし・醤油)
14・28 土						
31 火	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト 青菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 青菜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 トマト・だし・醤油) 煮物 (なす・だし・味噌) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 煮魚 (鮭・玉葱・だし) 紅白煮 (じゃが芋・人参・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 トマト・だし・醤油) 煮物 (なす・だし・味噌) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 煮魚 (鮭・玉葱・だし) 紅白煮 (じゃが芋・人参・だし・醤油)

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

2018年7月の給食（3回食）

向こころ保育園

		午前食		午後食		
毎日つくもの		ミルク		ミルク		
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料	
2	30	月	全粥 親子煮 塩昆布和え 味噌汁	米 卵、鶏挽、玉葱、絹さや、だし、砂糖、みりん、醤油 小松菜、人参、ごま、ごま油、塩昆布 冬瓜、玉葱、人参、だし、味噌	全粥 豆腐ステーキ さつま芋のバター煮 すまし汁	米 豆腐、小麦粉、油、醤油、みりん さつま芋、バター、砂糖、塩 キャベツ、人参、玉葱、だし、塩、醤油
3	17	火	煮込みうどん ジャーマンポテト 野菜スープ	うどん、豚挽、人参、玉葱、にら、だし、塩、醤油 ウインナー、じゃが芋、玉葱、塩、油、コンソメ レタス、人参、玉葱、コンソメ、塩	食パン・パンがゆ 魚のケチャップ煮 野菜ソテー 洋風味噌汁	食パン たら、人参、玉葱、砂糖、酢、醤油、ケチャップ ブロッコリー、人参、玉葱、油、塩、醤油 南瓜、玉葱、だし、味噌、牛乳
4	18	水	全粥 煮魚 和え物 味噌汁	米 かじき、みりん、砂糖、醤油 モロヘイヤ、人参、ツナ、醤油 大根、長葱、だし、塩	全粥 そばろ煮 里芋の煮物 味噌汁	米 鶏挽、人参、玉葱、ピーマン、 みりん、醤油、砂糖 里芋、人参、だし、砂糖、醤油 ほうれん草、人参、だし、味噌
5	19	木	ロールパン・パンがゆ 豆腐グラタン コールスローサラダ 野菜スープ	ロールパン 豆腐、豚挽、玉葱、茄子、トマト、ケチャップ コンソメ、塩、油、チーズ キャベツ、人参、胡瓜、醤油 青梗菜、人参、塩、コンソメ	全粥 煮魚 白菜のあんかけ 味噌汁	米 鮭、砂糖、醤油、みりん 白菜、人参、だし、砂糖、醤油、片栗粉 じゃが芋、玉葱、人参、だし、味噌
6	20	金	全粥 味噌煮 かぼちゃの甘煮 すまし汁	米 たら、砂糖、味噌、みりん 南瓜、だし、砂糖、醤油 そうめん、人参、オクラ、だし、塩、醤油	煮込みうどん 肉団子 ゆかり和え	うどん、人参、玉葱、大根、だし、塩、醤油 豚挽、玉葱、片栗粉、砂糖、醤油、みりん 小松菜、人参、ゆかり
7	21	土	全粥 肉じゃが 煮浸し 味噌汁	米 鶏挽、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖 みりん、醤油 ほうれん草、人参、だし、みりん、醤油 もやし、玉葱、人参、だし、味噌	全粥 かじきの照り煮 おかか和え 味噌汁 バナナ	米 かじき、人参、砂糖、醤油、ごま油、だし 青梗菜、人参、かつお節、醤油 かぶ、葉、玉葱、だし、味噌 バナナ
9	23	月	煮込みうどん さつま芋の味噌煮 キャベツの塩もみ	うどん、豚挽、人参、長葱、若布、だし 塩、醤油 さつま芋、だし、砂糖、みりん、味噌 キャベツ、人参、塩、醤油	全粥 チーズオムレツ 南瓜ステーキ 味噌汁	米 卵、チーズ、玉葱、油、ケチャップ 南瓜、油、醤油、みりん なす、玉葱、だし、味噌
10	24	火	全粥 煮魚 冬瓜のあんかけ 味噌汁	米 鮭、醤油、砂糖、みりん 鶏挽、冬瓜、だし、みりん、醤油、片栗粉 ほうれん草、玉葱、だし、味噌	全粥 木葉焼き 野菜炒め 味噌汁 バナナ	米 豚挽、じゃが芋、玉葱、塩、油 白菜、人参、ピーマン、油、塩、醤油 大根、玉葱、人参、だし、味噌 バナナ
11	25	水	全粥 煮鶏 ごま和え 味噌汁	米 鶏挽、片栗粉、砂糖、醤油、みりん いんげん、人参、もやし、ごま、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、人参、だし、味噌	煮込みうどん 煮魚 浅漬け	うどん、人参、玉葱、キャベツ、だし、味噌 たら、砂糖、醤油、みりん かぶ、葉、塩、醤油
12	26	木	全粥 すずきのムニエル ラタトゥユ 味噌汁	米 すずき、小麦粉、バター、塩 人参、玉葱、茄子、トマト、ズッキーニ 塩、コンソメ、オリーブ油 モロヘイヤ、玉葱、豆腐、だし、味噌	食パン・パンがゆ つくねのコンソメ煮 ブロッコリーの旨煮 野菜スープ	食パン 鶏挽、人参、玉葱、片栗粉、コンソメ、塩 ブロッコリー、人参、油、醤油、砂糖 冬瓜、人参、だし、塩、醤油
13	27	金	食パン・パンがゆ クリームシチュー 野菜サラダ すりおろしりんご	食パン 豚挽、玉葱、人参、じゃが芋、アスパラ バター、小麦粉、牛乳、油、塩、コンソメ ツナ、レタス、人参、胡瓜、醤油 すりおろしりんご	全粥 豆腐の野菜煮 和え物 味噌汁	米 豆腐、人参、玉葱、青梗菜、だし、砂糖、醤油 ほうれん草、人参、醤油 里芋、玉葱、だし、味噌
14	28	土	全粥 煮込みハンバーグ 野菜ソテー 味噌汁	米 豚挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、油 ケチャップ、ソース キャベツ、人参、玉葱、油、塩、醤油 若布、玉葱、だし、味噌	しらすがゆ 人参スティック 味噌汁 バナナ	米、しらす、人参、小松菜、だし、塩、醤油 人参、だし 白菜、玉葱、だし、味噌 バナナ
31		火	肉うどん なすのなべしぎ トマト ヨーグルト	うどん、豚挽、人参、玉葱、長葱、だし、みりん 塩、醤油、砂糖 鶏挽、なす、ピーマン、玉葱、油、砂糖、みりん、味噌 トマト ヨーグルト	全粥 鮭の旨煮 紅白煮 野菜スープ	米 鮭、人参、玉葱、油、砂糖、醤油 じゃが芋、人参、だし、みりん、醤油 にら、玉葱、人参、だし、塩、醤油

* 材料の都合により献立が変更になることがあります。

2018年7月の給食（完了期食）

向こころ保育園

		午前食		午後食		
毎日つくもの		ミルクまたは牛乳		ミルクまたは牛乳		
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料	
2	30	月	軟飯 親子煮 塩昆布和え 味噌汁	米 卵、鶏挽、玉葱、絹さや、だし、砂糖、みりん、醤油 小松菜、人参、ごま、ごま油、塩昆布 冬瓜、玉葱、人参、だし、味噌	スイートポテト すまし汁	さつま芋、小麦粉、砂糖、バター、牛乳 バニラエッセンス、卵黄、黒ゴマ キャベツ、人参、玉葱、だし、塩、醤油
3	17	火	煮込みうどん ジャーマンポテト 野菜スープ	うどん、豚挽、人参、玉葱、にら、だし、塩、醤油 ウインナー、じゃが芋、玉葱、塩、油、コンソメ レタス、人参、玉葱、コンソメ、塩	コーントースト 洋風味噌汁	食パン、クリームコーン、コーン マヨネーズ、パセリ 南瓜、玉葱、だし、味噌、牛乳
4	18	水	軟飯 煮魚 和え物 味噌汁	米 かじき、みりん、砂糖、醤油 モロヘイヤ、人参、ツナ、醤油 大根、長葱、だし、塩	軟飯 そばろ煮 里芋の煮物	米 鶏挽、人参、玉葱、ピーマン、 みりん、醤油、砂糖 里芋、人参、だし、砂糖、醤油
5	19	木	ロールパン・パンがゆ 豆腐グラタン コールスローサラダ 野菜スープ	ロールパン 豆腐、豚挽、玉葱、茄子、トマト、ケチャップ コンソメ、塩、油、チーズ キャベツ、人参、胡瓜、醤油 青梗菜、人参、塩、コンソメ	おにぎり メロン	米、ひじき、砂糖、醤油、ごま油 メロン
6	20	金	軟飯 味噌煮 かぼちゃの甘煮 すまし汁	米 たら、砂糖、味噌、みりん 南瓜、だし、砂糖、醤油 そうめん、人参、オクラ、だし、塩、醤油	煮込みうどん ゆかり和え	うどん、人参、玉葱、大根、だし、塩、醤油 小松菜、人参、ゆかり
7	21	土	軟飯 肉じゃが 煮浸し 味噌汁	米 鶏挽、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖 みりん、醤油 ほうれん草、人参、だし、みりん、醤油 もやし、玉葱、人参、だし、味噌	軟飯 かじきの照り煮 味噌汁 バナナ	米 かじき、人参、砂糖、醤油、ごま油、だし かぶ、葉、玉葱、だし、味噌 バナナ
9	23	月	煮込みうどん さつま芋の味噌煮 キャベツの塩もみ	うどん、豚挽、人参、長葱、若布、だし 塩、醤油 さつま芋、だし、砂糖、みりん、味噌 キャベツ、人参、塩、醤油	チーズ蒸しケーキ メロン	クリームチーズ、チーズ、グラニュー糖、卵 牛乳、油、小麦粉、ベーキングパウダー メロン
10	24	火	軟飯 煮魚 冬瓜のあんかけ 味噌汁	米 鮭、醤油、砂糖、みりん 鶏挽、冬瓜、だし、みりん、醤油、片栗粉 ほうれん草、玉葱、だし、味噌	軟飯 木葉焼き 野菜炒め バナナ	米 豚挽、じゃが芋、玉葱、塩、油 白菜、人参、ピーマン、油、塩、醤油 バナナ
11	25	水	軟飯 煮鶏 ごまマヨネーズ和え 味噌汁	米 鶏挽、片栗粉、砂糖、醤油、みりん いんげん、人参、もやし、ごま、マヨネーズ、醤油 南瓜、玉葱、人参、だし、味噌	煮込みうどん 浅漬け	うどん、人参、玉葱、キャベツ、だし、味噌 かぶ、葉、塩、醤油
12	26	木	軟飯 すずきのムニエル ラタトゥユ 味噌汁	米 すずき、小麦粉、バター、塩 人参、玉葱、茄子、トマト、ズッキーニ 塩、コンソメ、オリーブ油 モロヘイヤ、玉葱、豆腐、だし、味噌	食パン・パンがゆ つくねのコンソメ煮 ブロッコリーの旨煮	食パン 鶏挽、人参、玉葱、片栗粉、コンソメ、塩 ブロッコリー、人参、油、醤油、砂糖
13	27	金	食パン・パンがゆ クリームシチュー 野菜サラダ スライスりんご	食パン 豚挽、玉葱、人参、じゃが芋、アスパラ バター、小麦粉、牛乳、油、塩、コンソメ ツナ、レタス、人参、胡瓜、コーン、醤油 スライスりんご	五平餅 味噌汁	米、砂糖、醤油、片栗粉 里芋、玉葱、だし、味噌
14	28	土	軟飯 煮込みハンバーグ 野菜ソテー 味噌汁	米 豚挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、油 ケチャップ、ソース キャベツ、人参、玉葱、油、塩、醤油 若布、玉葱、油揚げ、だし、味噌	しらすがゆ 味噌汁 バナナ	米、しらす、人参、小松菜、だし、塩、醤油 白菜、玉葱、だし、味噌 バナナ
31		火	肉うどん なすのなべしぎ トマト ヨーグルト	うどん、豚挽、人参、玉葱、長葱、だし、みりん 塩、醤油、砂糖 鶏挽、なす、ピーマン、玉葱、油、砂糖、みりん、味噌 トマト ヨーグルト	ポテトマフィン 野菜スープ	小麦粉、ベーキングパウダー、マヨネーズ グラニュー糖、塩、卵、じゃが芋、玉葱、ハム にら、玉葱、人参、だし、塩、醤油

* 材料の都合により献立が変更になることがあります。