

# 給食献立表

2018年5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
1	火	卵とじうどん 南瓜の天ぷら かぶの浅漬け	牛乳 納豆巻き りんご	米、うどん、小麦粉、油、 片栗粉、砂糖	牛乳、鶏肉、卵、納豆	南瓜、りんご、かぶ、玉 葱、ほうれん草、長葱、 人参、かぶ・葉、海苔、干 椎茸
2	水	ドライカレー フレンチサラダ 野菜スープ(大根・玉葱)	牛乳 ビスケットケーキ グレープフルーツ	米、小麦粉、油、砂糖	牛乳、豚挽、バター、生ク リーム	玉葱、白菜、グレープフ ルーツ、大根、人参、み かん、胡瓜、ピーマン、 コーン、にんにく、生姜
7・21	月	御飯 鶏のから揚げ ゆかり和え 味噌汁(さつまいも・玉葱・人参)	牛乳 オレンジゼリー おせんべいサラダ味 りんご	米、さつまいも、砂糖、油、 片栗粉、小麦粉	牛乳、鶏肉、味噌、ちく わ、ゼラチン	オレンジ濃縮果汁、りん ご、小松菜、もやし、人 参、玉葱
8・22	火	ちゃんぽんラーメン じゃが芋とツナの炊き合わせ ヨーグルト	牛乳 チーズ・ジャムサンド メロン	中華麺、じゃがいも、食 パン、マヨネーズ、ごま 油、砂糖	牛乳、ヨーグルト、豚肉、 ツナ、なると、スライス チーズ	メロン、玉葱、キャベツ、 人参、コーン、いちごジャ ム
9・23	水	たけのこご飯 鮭の塩焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁(白菜・玉葱・万能葱)	牛乳 花せんべい ソフトケーキ バナナ	米、砂糖、砂糖	牛乳、鮭、鶏肉、凍り豆 腐、油揚げ、味噌、鮭	バナナ、白菜、人参、玉 葱、たけのこ、いんげん、 万能葱
10・24	木	ロールパン クラムチャウダー 野菜サラダ りんご	牛乳 おかかおにぎり オレンジ	ロールパン、じゃがいも、 米、小麦粉、砂糖、ごま 油	牛乳、あさり缶、ベーコ ン、ハム、バター、しら す、かつお節	ほうれん草、りんご、玉 葱、オレンジ、人参、コー ン
11・25	金	御飯 鯖の香り味噌焼き 大根とさつまいもの煮物 すまし汁(麩・水菜・人参)	牛乳 人参ケーキ グレープフルーツ	米、小麦粉、砂糖、油、 焼ふ、ごま油	牛乳、鯖、卵、さつまい も、味噌、ごま	大根、グレープフル ーツ、人参、水菜、絹さや、 レモン汁
12・26	土	御飯・牛乳 豆腐のあんかけ 南瓜の甘煮 味噌汁(もやし・玉葱)	牛乳 カルシウム+鉄サブレ カルシウムせんべい バナナ	米、砂糖、片栗粉	牛乳、豆腐、豚肉、味噌	バナナ、南瓜、玉葱、も やし、青梗菜、人参
14・28	月	ミートスパゲティ さつまいものサラダ レタスとアスパラのスープ (レタス・アスパラ・人参)	牛乳 揚げパン(きな粉) メロン	スパゲティ、さつまいも、 ロールパン、マヨネーズ、 油、小麦粉、砂糖	牛乳、豚挽、きな粉、粉 チーズ	玉葱、人参、トマトビュ レ、レタス、アスパラガ ス、ピーマン、メロン
15・29	火	御飯 鯖の照り焼き ひじきと大豆の炒り煮 味噌汁(かぶ・葉・玉葱)	牛乳 いちごちゃんクッキー はっぱなせんべい バナナ	米、砂糖、油	牛乳、鯖、大豆水煮、味 噌、油揚げ	バナナ、かぶ、玉葱、人 参、かぶ・葉、いんげん、 ひじき
16・30	水	中華丼 春雨サラダ 野菜スープ (じゃが芋・人参・玉葱)	牛乳 マドレーヌ りんご	米、じゃがいも、小麦粉、 砂糖、春雨、油、片栗 粉、ごま油	牛乳、豚肉、卵、バター、 カニカマ	りんご、白菜、玉葱、人 参、胡瓜、レモン汁
17・31	木	ぶどうパン 肉団子スープ ブロッコリー炒め チーズ	牛乳 味噌焼きおにぎり グレープフルーツ	ぶどうパン、米、片栗粉、 砂糖、油	牛乳、豚挽、チーズ、ウ インナー、味噌、卵、ごま	メロン、ブロッコリー、玉 葱、人参、青梗菜、長 葱、生姜、グレープフ ルーツ
18	金	御飯 あじのカレー風味揚げ ごま和え 味噌汁(南瓜・玉葱・人参)	牛乳 みたらし団子 オレンジ	米、白玉粉、油、砂糖、 片栗粉、小麦粉	牛乳、鰯、豆腐、味噌、ご ま	キャベツ、南瓜、オレンジ 、人参、玉葱、生姜
19	土	御飯 鶏の甘辛煮 千草煮 味噌汁(若布・玉葱)	牛乳 ベジかりん どうぶつビスケット バナナ	米、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏肉、味噌、油揚 げ	バナナ、ほうれん草、玉 葱、人参、若布
3~5歳児 1か月の平均栄養量 (おやつ含む)			エネルギー	591kcal	鉄	2.7mg
			たんぱく質	22.7g	カルシウム	260mg
			脂質	18.4g	ビタミンC	35mg
			塩分	2.7g	食物繊維	3.8g

※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
1 火	つぶしがゆ 人参ペースト 南瓜ペースト かぶペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 南瓜つぶし かぶつぶし しらすつぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 南瓜・だし・醤油) 煮物 (かぶ・だし)	七倍がゆ 鮭の旨煮 (鮭・人参・玉葱・だし・醤油) 味噌汁 (小松菜・だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 南瓜・だし・醤油) 煮物 (かぶ・だし) 炒り卵(卵黄・だし・塩)	七倍がゆ 鮭の旨煮 (鮭・人参・玉葱・だし・醤油) 味噌汁 (小松菜・だし・味噌)
2 水	つぶしがゆ 人参ペースト 大根ペースト 白菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 大根つぶし 白菜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ そぼろ煮 (ささみ・白菜・だし・醤油) 野菜スープ (大根・人参・玉葱 だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 キャベツ・だし・味噌) 煮物 (じゃが芋・だし)	七倍がゆ そぼろ煮 (鶏挽・白菜・だし・醤油) 野菜スープ (大根・人参・玉葱 だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 キャベツ・だし・味噌) 煮物 (じゃが芋・だし)
7・21 月	つぶしがゆ 人参ペースト さつま芋ペースト 小松菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし さつま芋つぶし 小松菜つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 味噌汁 (さつま芋・人参・玉葱 小松菜・だし・味噌)	七倍がゆ たらのクタクタ煮 (たら・人参・玉葱・なす・だし 醤油) 煮浸し (ブロッコリー・だし・塩)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 味噌汁 (さつま芋・人参・玉葱 小松菜・だし・味噌)	七倍がゆ たらのクタクタ煮 (たら・人参・玉葱・なす・だし 醤油) 煮浸し (ブロッコリー・だし・塩)
8・22 火	つぶしがゆ 人参ペースト キャベツペースト じゃが芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし キャベツつぶし 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・ささみ・人参・玉葱 キャベツ・だし・醤油) じゃが芋のマッシュ (じゃが芋・だし) プレーンヨーグルト	パンがゆ 豆腐の野菜煮 (豆腐・大根・人参・だし・醤油) 南瓜スープ (南瓜・玉葱・だし)	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参・玉葱 キャベツ・だし・醤油) じゃが芋のマッシュ (じゃが芋・だし) プレーンヨーグルト	パンがゆ・食パン 豆腐の野菜煮 (豆腐・大根・人参・だし・醤油) 南瓜スープ (南瓜・玉葱・だし)
9・23 水	つぶしがゆ 人参ペースト 白菜ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 白菜つぶし 玉葱つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし・塩) 味噌汁 (白菜・玉葱・人参 だし・味噌)	七倍がゆ そぼろ煮 (ささみ・玉葱・だし) 煮物 (かぶ・人参・だし・醤油)	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし・塩) 味噌汁 (白菜・玉葱・人参 だし・味噌)	七倍がゆ そぼろ煮 (鶏挽・玉葱・だし) 煮物 (かぶ・人参・だし・醤油)
10・24 木	パンがゆつぶし 人参ペースト じゃが芋ペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし じゃが芋つぶし ほうれん草つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ ささみのスープ煮 (ささみ・人参・玉葱 じゃが芋・だし・醤油) 煮浸し (ほうれん草・だし)	七倍がゆ しらす煮 (しらす・キャベツ・人参 だし・醤油) 味噌汁 (里芋・玉葱・だし・味噌)	パンがゆ・食パン 鶏挽のスープ煮 (鶏挽・人参・玉葱 じゃが芋・だし・醤油) 煮浸し (ほうれん草・だし)	七倍がゆ しらす煮 (しらす・キャベツ・人参 だし・醤油) 味噌汁 (里芋・玉葱・だし・味噌)
11・25 金	つぶしがゆ 人参ペースト 大根ペースト 青菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 大根つぶし 青菜つぶし しらすつぶし 野菜スープ	七倍がゆ たらの味噌煮 (たら・だし・味噌) すまし汁 (大根・人参・玉葱 だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・白菜 さつま芋・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油)	七倍がゆ たらの味噌煮 (たら・だし・味噌) すまし汁 (大根・人参・玉葱 だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・白菜 さつま芋・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 炒り卵(卵黄・だし)
12・26 土						
14・28 月	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト さつま芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 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・豆腐・玉葱・人参 だし・醤油) 煮物 (さつま芋・だし)	パンがゆ 鮭のトロトロ煮 (鮭・玉葱・かぶ・だし・醤油) 野菜スープ (ブロッコリー・人参・だし・塩)	煮込みうどん (うどん・豆腐・玉葱・人参 だし・醤油) 煮物 (さつま芋・だし)	パンがゆ・食パン 鮭のトロトロ煮 (鮭・玉葱・かぶ・だし・醤油) 野菜スープ (ブロッコリー・人参・だし・塩)
15・29 火	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト かぶペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし かぶつぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・醤油) 味噌汁 (かぶ・玉葱・人参・だし 味噌)	七倍がゆ ささみの味噌煮 (ささみ・人参・玉葱・小松菜 里芋・だし・味噌) 煮浸し (キャベツ・だし)	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・醤油) 味噌汁 (かぶ・玉葱・人参・だし 味噌)	七倍がゆ 鶏挽の味噌煮 (鶏挽・人参・玉葱・小松菜 里芋・だし・味噌) 煮浸し (キャベツ・だし)
16・30 水	つぶしがゆ 人参ペースト 白菜ペースト じゃが芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 白菜つぶし じゃが芋つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ ささみの旨煮 (ささみ・玉葱・じゃが芋 だし・醤油) 煮浸し (白菜・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 南瓜・だし・味噌) やわらか煮 (ほうれん草・だし)	七倍がゆ 鶏挽の旨煮 (鶏挽・玉葱・じゃが芋 だし・醤油) 煮浸し (白菜・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 南瓜・だし・味噌) やわらか煮 (ほうれん草・だし)
17・31 木	パンがゆつぶし 人参ペースト 玉葱ペースト ブロッコリーペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし 玉葱つぶし ブロッコリーつぶし しらすつぶし 野菜スープ	パンがゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 野菜スープ (ブロッコリー・人参・玉葱 だし・塩)	七倍がゆ たらのあんかけ (たら・人参・玉葱・大根 だし・味噌) 煮物 (なす・だし)	パンがゆ・食パン 煮奴(豆腐・だし・醤油) 野菜スープ (ブロッコリー・人参・玉葱 だし・塩) 炒り卵(卵黄・だし)	七倍がゆ たらのあんかけ (たら・人参・玉葱・大根 だし・味噌) 煮物 (なす・だし)
18 金	つぶしがゆ キャベツペースト 玉葱ペースト 南瓜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ キャベツつぶし 玉葱つぶし 南瓜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 鮭の野菜煮 (鮭・人参・玉葱・キャベツ だし・味噌) 煮物 (南瓜・だし)	七倍がゆ ささみのトマト煮 (ささみ・トマト・白菜・人参 だし・醤油) 味噌汁 (じゃが芋・玉葱・だし・味噌)	七倍がゆ 鮭の野菜煮 (鮭・人参・玉葱・キャベツ だし・味噌) 煮物 (南瓜・だし)	七倍がゆ ささみのトマト煮 (ささみ・トマト・白菜・人参 だし・醤油) 味噌汁 (じゃが芋・玉葱・だし・味噌)
19 土						

# 2018年5月の給食（3回食）

向こころ保育園

毎日つくもの		午前食		午後食	
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料
1	火	卵とじうどん 南瓜の天ぷら かぶの浅漬け	うどん、卵、鶏挽、人参、玉葱、長葱、ほうれん草 干椎茸、片栗粉、だし、醤油、砂糖、みりん、塩 南瓜、卵、小麦粉、塩、油 かぶ、葉、塩、醤油	全粥 かじきの照り煮 納豆和え 味噌汁	米 かじき、砂糖、醤油、みりん、ごま油 小松菜、人参、納豆、醤油 人参、玉葱、だし、味噌
2	水	全粥 そばろ煮 野菜サラダ 野菜スープ	米 豚挽、玉葱、人参、ピーマン、ソース ケチャップ、コンソメ、塩 白菜、胡瓜、人参、醤油 大根、玉葱、コンソメ、塩	煮込みうどん 煮奴 野菜ソテー	うどん、人参、玉葱、にら、じゃが芋 だし、塩、醤油 豆腐、だし、砂糖、醤油 キャベツ、人参、玉葱、油、塩、醤油
7	21 月	全粥 煮鶏 ゆかり和え 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、片栗粉、砂糖、醤油、みりん もやし、小松菜、人参、ゆかり さつま芋、玉葱、人参、だし、味噌	全粥 煮魚 煮浸し 味噌汁	米 たら、砂糖、醤油、みりん ブロッコリー、人参、だし、醤油、砂糖 なす、玉葱、だし、味噌
8	22 火	煮込みうどん 炊き合わせ ヨーグルト	うどん、豚挽、玉葱、人参、キャベツ、だし 塩、醤油 じゃが芋、人参、玉葱、ツナ、砂糖、醤油 ヨーグルト	食パン・パンがゆ 豆腐ステーキ コンソメ煮 洋風味噌汁	食パン 豆腐、小麦粉、油、砂糖、醤油 大根、人参、コンソメ、醤油、塩、片栗粉 南瓜、玉葱、人参、だし、味噌、牛乳
9	23 水	全粥 煮魚 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 鮭、醤油、砂糖、みりん 高野豆腐、人参、いんげん、だし、醤油、みりん 砂糖、塩 白菜、玉葱、小葱、だし、味噌	全粥 豚挽の旨煮 チーズ和え すまし汁	米 豚挽、玉葱、人参、だし、味噌、砂糖、醤油 青梗菜、人参、粉チーズ、醤油 かぶ、玉葱、葉、人参、だし、塩、醤油
10	24 木	ロールパン・パンがゆ クリームシチュー 野菜サラダ りんご	ロールパン 豚挽、じゃが芋、玉葱、人参、小麦粉、バター 牛乳、コンソメ、塩 ほうれん草、人参、醤油 りんご	しらすがゆ おかか煮 味噌汁	米、しらす、人参、玉葱、にら、だし、塩、醤油 キャベツ、人参、かつお節、醤油 里芋、玉葱、だし、味噌
11	25 金	全粥 たらの味噌煮 大根の煮物 すまし汁	米 たら、砂糖、味噌、みりん 大根、人参、絹さや、だし、醤油、みりん、砂糖 麩、水菜、人参、だし、塩、醤油	煮込みうどん 鶏つくね 野菜炒め	うどん、人参、玉葱、さつま芋、だし、塩、醤油 鶏挽、人参、片栗粉、醤油、砂糖、みりん 白菜、玉葱、人参、ピーマン、油、塩、醤油
12	26 土	全粥 豆腐のあんかけ 南瓜の甘煮 味噌汁	米 豆腐、豚挽、人参、玉葱、青梗菜、だし 砂糖、醤油、片栗粉 南瓜、だし、砂糖、醤油 もやし、玉葱、だし、味噌	全粥 かじきの甘酢煮 じゃが芋の味噌煮 すまし汁 バナナ	米 かじき、酢、砂糖、醤油、みりん じゃが芋、玉葱、人参、砂糖、味噌、だし 小松菜、玉葱、だし、塩、醤油 バナナ
14	28 月	ミートうどん 温野菜 レタスとアスパラのスープ	うどん、豚挽、玉葱、人参、ピーマン、小麦粉、塩、砂糖 ケチャップ、トマトピューレ、ソース、コンソメ、粉チーズ さつま芋、玉葱、人参、塩 レタス、アスパラ、人参、コンソメ、塩	ロールパン・パンがゆ 鮭のムニエル かぶのミルク煮 野菜スープ	ロールパン 鮭、小麦粉、バター かぶ、人参、コンソメ、塩、牛乳 ブロッコリー、人参、玉葱、だし、塩、醤油
15	29 火	全粥 煮魚 ひじき煮 味噌汁	米 かじき、みりん、砂糖、醤油 ひじき、人参、いんげん、油、砂糖、醤油 みりん、だし かぶ、葉、玉葱、だし、味噌	具だくさんがゆ 味噌汁 バナナ	米、鶏挽、小松菜、人参、里芋、玉葱 だし、塩、醤油 キャベツ、玉葱、だし、味噌 バナナ
16	30 水	全粥 中華煮 大根サラダ 野菜スープ	米 豚挽、白菜、玉葱、人参、砂糖、醤油、塩 コンソメ、片栗粉、油 大根、人参、醤油 じゃが芋、人参、玉葱、だし、塩、醤油	煮込みうどん 卵焼き ほうれん草ソテー	うどん、玉葱、人参、南瓜、だし、味噌 卵、玉葱、人参、砂糖、塩、油 ほうれん草、人参、油、塩、醤油
17	31 木	食パン・パンがゆ 肉団子スープ ブロッコリー炒め チーズ	食パン 豚挽、卵、長葱、片栗粉、醤油、塩、青梗菜 人参、玉葱、コンソメ ブロッコリー、人参、玉葱、ウインナー、油、醤油、塩 チーズ	全粥 たらのあんかけ 和え物 すまし汁	米 たら、人参、玉葱、大根、だし、砂糖 醤油、味噌 なす、人参、醤油 麩、人参、玉葱、だし、塩、醤油
18	金	全粥 煮魚 ごま和え 味噌汁	米 鮭、醤油、砂糖、みりん キャベツ、人参、ごま、醤油、砂糖 南瓜、玉葱、人参、だし、味噌	全粥 豆腐ハンバーグ トマト煮 味噌汁	米 豚挽、豆腐、玉葱、片栗粉、油 だし、砂糖、醤油 白菜、トマト、コンソメ、塩、砂糖 じゃが芋、人参、だし、味噌
19	土	全粥 鶏の甘辛煮 干草煮 味噌汁	米 鶏挽、片栗粉、砂糖、醤油、みりん ほうれん草、人参、油揚げ、だし、砂糖、醤油 若布、玉葱、だし、味噌	全粥 ツナと野菜の炒め物 さつま芋ステーキ 味噌汁	米 ツナ、人参、玉葱、青梗菜、油、醤油、砂糖 さつま芋、油、塩 人参、玉葱、いんげん、だし、味噌

\* 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5月の給食（完了期食）

向こころ保育園

毎日つくもの		午前食		午後食	
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料
1	火	卵とじうどん 南瓜の天ぷら かぶの浅漬け	うどん、卵、鶏挽、人参、玉葱、長葱、ほうれん草 干椎茸、片栗粉、だし、醤油、砂糖、みりん、塩 南瓜、卵、小麦粉、塩、油 かぶ、葉、塩、醤油	おにぎり 味噌汁	米、ごま塩 人参、玉葱、だし、味噌
2	水	軟飯 そばろ煮 野菜サラダ 野菜スープ	米 豚挽、玉葱、人参、ピーマン、ソース ケチャップ、コンソメ、塩 白菜、胡瓜、人参、コーン、醤油 大根、玉葱、コンソメ、塩	ビスケットケーキ 野菜スープ	ビスケット、牛乳、みかん 人参、玉葱、にら、じゃが芋、だし、塩、醤油
7	21 月	軟飯 煮鶏 ゆかり和え 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、片栗粉、砂糖、醤油、みりん もやし、小松菜、人参、ゆかり さつま芋、玉葱、人参、だし、味噌	軟飯 煮魚 煮浸し	米 たら、砂糖、醤油、みりん ブロッコリー、人参、だし、醤油、砂糖
8	22 火	煮込みうどん 炊き合わせ ヨーグルト	うどん、豚挽、玉葱、人参、キャベツ、だし 塩、醤油 じゃが芋、人参、玉葱、ツナ、砂糖、醤油 ヨーグルト	サンドイッチ メロン	食パン、いちごジャム、チーズ、マヨネーズ メロン
9	23 水	軟飯 煮魚 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 鮭、醤油、砂糖、みりん 高野豆腐、人参、いんげん、だし、醤油、みりん 砂糖、塩 白菜、玉葱、小葱、だし、味噌	軟飯 豚挽の旨煮 チーズ和え	米 豚挽、玉葱、人参、だし、味噌、砂糖、醤油 青梗菜、人参、粉チーズ、醤油
10	24 木	ロールパン・パンがゆ クリームシチュー 野菜サラダ りんご	ロールパン 豚挽、じゃが芋、玉葱、人参、小麦粉、バター 牛乳、コンソメ、塩 ほうれん草、人参、コーン、醤油 りんご	おにぎり 味噌汁	米、かつお節、醤油、しらす 里芋、玉葱、だし、味噌
11	25 金	軟飯 たらの味噌煮 大根の煮物 すまし汁	米 たら、砂糖、味噌、みりん 大根、人参、絹さや、だし、醤油、みりん、砂糖 麩、水菜、人参、だし、塩、醤油	人参ケーキ 野菜スープ	小麦粉、ベーキングパウダー、卵、 グラニュー糖、人参、レモン汁、油 人参、玉葱、さつま芋、だし、塩、醤油
12	26 土	軟飯 豆腐のあんかけ 南瓜の甘煮 味噌汁	米 豆腐、豚挽、人参、玉葱、青梗菜、だし 砂糖、醤油、片栗粉 南瓜、だし、砂糖、醤油 もやし、玉葱、だし、味噌	軟飯 かじきの甘酢煮 すまし汁 バナナ	米 かじき、酢、砂糖、醤油、みりん 小松菜、玉葱、だし、塩、醤油 バナナ
14	28 月	ミートスパゲティ さつま芋のサラダ レタスとアスパラのスープ	スパゲティ、豚挽、玉葱、人参、ピーマン、小麦粉、塩、砂糖 ケチャップ、トマトピューレ、ソース、コンソメ、粉チーズ さつま芋、玉葱、人参、塩、マヨネーズ レタス、アスパラ、人参、コンソメ、塩	揚げパン メロン	ロールパン、油、砂糖、きな粉、塩 メロン
15	29 火	軟飯 煮魚 ひじき煮 味噌汁	米 かじき、みりん、砂糖、醤油 ひじき、人参、いんげん、油、砂糖、醤油 みりん、だし かぶ、葉、玉葱、だし、味噌	貝だくさんがゆ バナナ	米、鶏挽、小松菜、人参、里芋、玉葱 だし、塩、醤油 バナナ
16	30 水	軟飯 中華煮 大根サラダ 野菜スープ	米 豚挽、白菜、玉葱、人参、砂糖、醤油、塩 コンソメ、片栗粉、油 大根、人参、醤油 じゃが芋、人参、玉葱、だし、塩、醤油	マドレーヌ りんご	小麦粉、ベーキングパウダー、卵、バター グラニュー糖、レモン汁 りんご
17	31 木	食パン・パンがゆ 肉団子スープ ブロッコリー炒め チーズ	食パン 豚挽、卵、長葱、片栗粉、醤油、塩、青梗菜 人参、玉葱、コンソメ ブロッコリー、人参、玉葱、ウインナー、油、醤油、塩 チーズ	味噌焼きおにぎり すまし汁	米、砂糖、味噌、みりん、ごま 麩、玉葱、人参、だし、塩、醤油
18	金	軟飯 煮魚 ごま和え 味噌汁	米 鮭、醤油、砂糖、みりん キャベツ、人参、ごま、醤油、砂糖 南瓜、玉葱、人参、だし、味噌	軟飯 豆腐ハンバーグ トマト煮	米 豚挽、豆腐、玉葱、片栗粉、油 だし、砂糖、醤油 白菜、トマト、コンソメ、塩、砂糖
19	土	軟飯 鶏の甘辛煮 干草煮 味噌汁	米 鶏挽、片栗粉、砂糖、醤油、みりん ほうれん草、人参、油揚げ、だし、砂糖、醤油 若布、玉葱、だし、味噌	軟飯 ツナと野菜の炒め物 味噌汁	米 ツナ、人参、玉葱、青梗菜、油、醤油、砂糖 人参、玉葱、いんげん、だし、味噌

\* 材料の都合により献立が変更になることがあります。