



【今年度、初めて出る食材】

新しい食材はありません。



- 使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください
- 申し出がない場合は、献立通りの提供になります

※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズ、ウィンナーはアレルギー不使用のものを使用します。

乳児は朝のおやつに  
牛乳がでます

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	金	ごはん 豚肉の野菜炒め マセドアンサラダ 味噌汁(厚揚げ・切干大根) みかん缶	中華ちまきおにぎり 牛乳	米、油、じゃがいも さとう エッグケアマヨネーズ	豚肉、厚揚げ 味噌 鶏もも肉 牛乳	たまねぎ、こまつな、にんじん しょうが、きゅうり、切干大根 みかん缶	料理酒、みりん、しょう油 塩、出汁
2	土	ごはん カレービーンズ 和風サラダ 清汁(豆腐・小松菜) 梨	ココア蒸しパン 牛乳	米、油、さとう ホットケーキミックス	大豆、鶏もも肉 豆腐 豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ、にんにく もやし、わかめ、きゅうり こまつな 梨	ケチャップ、中濃ソース カレー粉、酢、しょう油 塩、出汁
3	日						
4	月	野菜うどん あじの塩麹焼き 粉吹芋カレー風味 梨	じゅーしい(沖縄) 牛乳	細うどん、じゃがいも 米、さとう、油	油揚げ、あじ 豚肉 牛乳	だいこん、にんじん、しめじ、ねぎ ほうれんそう、パセリ エリンギ、ひじき 梨	しょう油、みりん、出汁 塩麹、カレー粉、塩
5	火	ごはん ピーマン肉詰め さつま芋のごまマヨサラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ) 梨	りんごゼリー 牛乳	米、片栗粉、さつまいも エッグケアマヨネーズ ごま さとう	豚ひき肉 豆腐、味噌 牛乳	ピーマン、たまねぎ、きゅうり ねぎ、にんじん りんご 梨	ケチャップ、中濃ソース しょう油、出汁 寒天
6	水	ごはん 豆腐の落とし揚げ ほうれん草ともやしのお浸し 清汁(大根) りんご	じゃこおにぎり 牛乳	米、片栗粉、油、ごま	豆腐、豚ひき肉 花鰻、ちりめん 牛乳	にんじん、ねぎ、ひじき ほうれんそう、もやし、だいこん だいこんの葉 りんご	しょう油、塩、出汁
7	木	ごはん 肉団子甘酢あん かぼちゃの煮物 中華スープ(小松菜・しめじ) りんご	スイートポテトクッキー(米粉) 牛乳	米、片栗粉、油、さとう さつまいも、米粉、ごま	豚ひき肉 豆乳 牛乳	たまねぎ、しょうが、かぼちゃ こまつな、しめじ、りんご	塩、酢、料理酒 中濃ソース、ケチャップ しょう油、中華だし メープルシロップ
8	金	ジャムパン 米粉豆乳グラタン わかめとキャベツのサラダ コンソメスープ(小松菜・人参) りんご	ピリヤニ(インド) 牛乳	食パン、いちごジャム さつまいも、油、米粉 じゃがいも、さとう、米	鶏ささ身肉、豆乳 鶏もも肉 牛乳	たまねぎ、しめじ、パセリ わかめ、キャベツ、きゅうり もやし、にんじん、ピーマン しょうが	コンソメ、塩 酢、しょう油、料理酒 カレー粉
9	土	ごはん チンジャオロース(ポテト) 切干大根のさっぱり和え 味噌汁(厚揚げ・玉ねぎ) みかん缶	カルシウムラスク 牛乳	米、片栗粉、じゃがいも 油、ごま油、さとう ごま 食パン	豚肉、厚揚げ 味噌 バター、粉チーズ 牛乳	しょうが、ピーマン、にんじん 切干大根、もやし、きゅうり たまねぎ、青のり みかん缶	しょう油、料理酒 塩、酢、出汁
10	日						
11	月	ごはん ヤンニョムチキン 野菜炒め 味噌汁(豆腐・ほうれん草) りんご	わかめおにぎり 牛乳	米、片栗粉、油、さとう ごま	鶏もも肉、豆腐 味噌 牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ ピーマン、にんにく、ほうれんそう りんご、わかめ	料理酒、ケチャップ しょう油、みりん、塩 コンソメ、出汁
12	火	ビビンバ丼 さつま芋の甘煮 中華スープ(もやし。にら) 梨	ミルクきな粉棒 牛乳	米、油、さとう、ごま さつまいも はちみつ	豚ひき肉、味噌 スキムミルク きな粉 牛乳	にんにく、にんじん、ほうれんそう だいこん、もやし、にら、梨	しょう油、酢、料理酒 中華だし
13	水	ジャムパン チキンのクリーム煮 かぼちゃのサラダ コンソメスープ(ほうれん草・人参) りんご	きのこごはん 牛乳	食パン、いちごジャム 油、米粉 エッグケアマヨネーズ 米、ごま	鶏ささ身肉、豆乳 牛乳	たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり ほうれん草、にんじん、りんご えのき、しめじ	コンソメ、塩 メープルシロップ しょう油
14	木	ごはん さわらの味噌焼き 大豆とひじき炒り煮 味噌汁(白菜・油揚げ) りんご	焼きそば 牛乳	米、さとう、油 焼きそば麺	さわら、大豆、油揚げ 味噌、豚肉 牛乳	ひじき、にんじん、はくさい たまねぎ、青のり もやし りんご	料理酒、みりん、しょう油 出汁、中濃ソース
15	金	バターチキンカレーライス ブロッコリーとじゃが芋の中華和え 梨	粒々みかんゼリー チーズクラッカー 牛乳	米、油、さとう、ごま油 じゃがいも	鶏もも肉、ヨーグルト バター スライスチーズ 牛乳	たまねぎ、にんにく、ブロッコリー にんじん、梨、みかん缶 オレンジジュース	カレー粉、トマトピューレー コンソメ、しょう油、みりん 塩、中濃ソース、酢 寒天、クラッカー

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	
16	土	ごはん 厚揚げのケチャップ炒め きゅうりのツナ和え 味噌汁(大根・油揚げ) みかん缶	フレンチトースト 牛乳	米、油、さとう、片栗粉 ごま、食パン エッグケアマヨネーズ	厚揚げ、豚肉 ツナフレーク、油揚げ 味噌、バター 牛乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン きゅうり、わかめ、だいこん みかん缶	しょう油、酢、ケチャップ 出汁、メープルシロップ
17	日						
18	月	<b>敬老の日</b>					
19	火	ハヤシライス 切り干し大根のマヨ和え 春雨スープ(人参) 梨	りんご蒸しパン 牛乳	米、油、春雨 エッグケアマヨネーズ ごま、さとう 米粉	豚肉 ツナフレーク 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん、しめじ 切干大根、きゅうり りんご 梨	ハヤシルウ コンソメ、塩 ベーキングパウダー しょう油
20	水	ごはん 和風ハンバーグ ブロッコリーのカレーツナマヨサラダ 味噌汁(キャベツ・えのき) りんご	チキンライス 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ 片栗粉、さとう	豚ひき肉、ツナフレーク 味噌 鶏ささ身肉 牛乳	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん キャベツ、えのき りんご	料理酒、塩、しょう油 みりん、カレー粉、出汁 コンソメ ケチャップ
21	木	ジャムパン チキントマトソース煮 大豆ドレッシングサラダ 白菜の豆乳スープ りんご	おはぎ 牛乳	食パン イチゴジャム 小麦粉、油、さとう 米、もち米、つぶあん	鶏もも肉 生クリーム、大豆 豆乳 きな粉 牛乳	たまねぎ、パセリ きゅうり、キャベツ、にんじん はくさい りんご	塩、料理酒、コンソメ トマトピューレー ケチャップ、酢、しょう油
22	金	ごはん マーボー豆腐 胡瓜とキャベツのポン酢和え 味噌汁(麩・玉ねぎ) りんご	フライドポテト 牛乳	米、ごま油、さとう 片栗粉、麩、じゃがいも 油	豆腐、豚ひき肉 味噌 ツナフレーク 牛乳	にんじん、ねぎ、にら、きゅうり キャベツ、たまねぎ パセリ りんご	しょう油、酢 ポッカレモン、出汁、塩
23	土	<b>秋分の日</b>					
24	日						
25	月	ごはん たらのもみじ焼き きんぴらごぼう 味噌汁(なす・玉ねぎ) 梨	ラーメン 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ 中華麺	たら、味噌 牛乳	にんじん、ごぼう、しらたき ピーマン、なす、たまねぎ わかめ、ねぎ、コーン なし	しょう油、みりん、料理酒 出汁、鶏ガラスープ 塩
26	火	のっぺいうどん 鶏肉のマーマレード煮 さつま芋スティックごま和え りんご	チーズおにかかおにぎり 牛乳	細うどん、さといも、油 片栗粉、マーマレードジャム さつまいも、ごま	鶏もも肉、油揚げ サラダチーズ、花鰹 牛乳	にんじん、だいこん、だいこんの葉 ねぎ、にんにく、りんご	出汁、塩、しょう油
27	水	ジャムパン ひき肉と豆腐のナゲット ポテトサラダ キャベツの豆乳スープ りんご	骨太チャーハン 牛乳	食パン、パン粉 イチゴジャム 油、さとう、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 米、ごま油、片栗粉	鶏ひき肉、豆腐 豆乳、豚ひき肉、しらす 牛乳	たまねぎ、ひじき、きゅうり にんじん、キャベツ、ねぎ パセリ りんご	塩、しょう油、ケチャップ 中濃ソース、コンソメ 中華だし
28	木	ごはん レバーの竜田揚げ 三色おひたし 大根の中華スープ 梨	ツナのチーズパン 牛乳	米、片栗粉、油、ごま油 さとう、ごま ホットケーキミックス エッグケアマヨネーズ	豚レバー、ヨーグルト ツナフレーク、花鰹 ピザ用チーズ 牛乳	しょうが、ほうれんそう、もやし にんじん、だいこん、たまねぎ 梨	しょう油、中華だし
29	金	ごはん 鰯の南蛮漬け 冬瓜のそぼろ煮 味噌汁(なめこ・ねぎ) りんご	うさぎまんじゅう 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、小麦粉 さつま芋	鰯、バター 鶏ひき肉 味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん 冬瓜、ねぎ なめこ りんご	塩、料理酒 酢、しょう油、みりん 出汁 ベーキングパウダー ピュアココア
30	土	ごはん 鶏肉のソース煮 白菜のおかか和え 味噌汁(豆腐・わかめ) みかん缶	きな粉パンケーキ 牛乳	米、片栗粉 ホットケーキミックス 黒糖	鶏もも肉、花鰹 豆腐、味噌 豆乳、きな粉 牛乳	たまねぎ、はくさい にんじん、わかめ みかん缶	料理酒、ケチャップ 中濃ソース、しょう油 出汁

