

献立予定表

日	曜	主食	副食 共通	追加食	おやつ		行事
					10時(未満児)	3時(共通)	
1	土	ご飯	高野豆腐の野菜あんかけ,ネバネバあえ,茄子の味噌汁,フルーツ		リンゴ	★南瓜ケーキ 牛乳	
3	月	五穀米	鶏肉の照り焼き煮,春雨サラダ,キャベツと卵のみそ汁,フルーツ		人参スティック	ロールケーキ 牛乳	
4	火	麦ご飯	五目チャーハン,ひじきのマヨ和え,ココロ野菜スープ,フルーツ		バナナ	お菓子 野菜ジュース	
5	水	ご飯	魚の天ぷら,ほうれん草のおひたし,豆腐と玉ねぎの味噌汁,フルーツ		オレンジ	★あじさいヨーグルト,牛乳	芋苗植え
6	木	パン	ちゃんぽん,花シュウマイ,チーズ,フルーツ		トマト	★磯辺いもち,牛乳	
7	金	ご飯	焼き魚,人参しりしり,大根の味噌汁,フルーツ		リンゴ	★お好み焼き 牛乳	
8	土	パン	野菜たっぷりグラタン,スパゲッティサラダ,オニオンスープ,ミニゼリー		チーズ	★さくさくクッキー,牛乳	
10	月	五穀米	筑前煮,いり卵,しめじとえのきの味噌汁,フルーツ		人参スティック	★揚げパン 牛乳	
11	火	麦ご飯	カレーライス,ポパイサラダ,フルーツ	豆腐のスープ	バナナ	お菓子,ヨーグルト 野菜ジュース	スイミング
12	水	ご飯	すり身のフライ,ミモザサラダ,じゃが芋の味噌汁,フルーツ		チーズ	★フルーツポンチ,牛乳	
13	木	ご飯	マーボー豆腐,ナムル,卵スープ,フルーツ		オレンジ	★チーズパン 牛乳	クッキング(ばんだ・きりん)
14	金	ご飯	グリーンピースご飯,魚の煮付け,きゅうりと若布の酢味噌和え,豆腐と人参の味噌汁,フルーツ		トマト	★和風カップ ケーキ,牛乳	
15	土	パン	焼きそば,芋の天ぷら,若布スープ,フルーツ		リンゴ	★塩昆布おにぎり,牛乳	
17	月	五穀米	とんちゃん,切干大根のサラダ,豆腐と油揚げの味噌汁,フルーツ		人参スティック	★マドレーヌ 牛乳	
18	火	麦ご飯	ピピン丼,きゅうりの昆布和え,春雨スープ,フルーツ		オレンジ	お菓子,昆布 野菜ジュース	
19	水	ご飯	魚のごま照り焼き,ひじきの炒め物,豚汁,フルーツ		トマト	★クッキー 牛乳	
20	木	パン	コロッケ,アスパラときゅうりのマヨ和え,ふわふわスープ,フルーツ		チーズ	★人参ゼリー 牛乳	
21	金	ご飯	魚のホイル焼き,スタミナ納豆,南瓜の味噌汁,フルーツ		バナナ	★野菜ポッキー 牛乳	
22	土	パン	貝うどん,真珠蒸し,フルーツ		リンゴ	★ココアくずもち,牛乳	
24	月	五穀米	魚の味噌煮,高野豆腐の卵とじ,すまし汁,フルーツ		蒸し南瓜	★じゃが焼き 牛乳	
25	火	麦ご飯	ハヤシライス,チャンプル風サラダ,フルーツ	オニオン スープ	オレンジ	お菓子,ヨーグルト 野菜ジュース	スイミング
26	水	ご飯	肉じゃが,きゅうりと春雨の酢の物,かきたま味噌汁,フルーツ		トマト	とうもろこし 牛乳	
27	木	パン	サンドイッチ,鶏肉のレモン煮,マカロニサラダ,コーンスープ,ゼリー		チーズ	★ちんすこう 牛乳	お誕生日会
28	金	ご飯	魚のムニエル,ポークビーンズ,野菜スープ,フルーツ		バナナ	★ごまラスク 牛乳	
29	土	ご飯	マーボー茄子,ほうれん草の胡麻和え,豆腐と玉ねぎの味噌汁,フルーツ		リンゴ	★人参蒸しパン,牛乳	

*都合により献立を変更することがあります。★マークは、手作りおやつです。

