

献立予定表

日	曜	主 食	副 食		追 加 食	お や つ		行 事
			共	通		10時(未満児)	3時(共通)	
1	月	五穀米	鶏肉の照り焼き煮,大根の味噌煮こみ,しめじとえのきの味噌汁 フルーツ			オレンジ	ロールケーキ 牛乳	
2	火	麦ご飯	三色丼,きゅうりと春雨の酢の物,南瓜の味噌汁,フルーツ			ふかし芋	お菓子 野菜ジュース	
3	水	パン	魚のパネソテー,マカロニサラダ,卵とキャベツのスープ,フルーツ			トマト	★フルーツヨーグルト,牛乳	
4	木	ご飯	栗ごはん,チキン南蛮,ひじきの炒め物,豆腐と油揚げの味噌汁 フルーツ			人参スティック	★マフィン 牛乳	和太鼓指導
5	金	ご飯	魚の味噌煮,きんぴらごぼう,けんちん汁,フルーツ			チーズ	★揚げパン 牛乳	
6	土	パン	具そうめん,真珠蒸し,チーズ,フルーツ			ヨーグルト	★磯辺いももち 牛乳	
9	火	麦ご飯	カレーライス,コールスローサラダ,フルーツ		若布 スープ	ふかし芋	お菓子 野菜ジュース	スイミング
10	水	ご飯	魚の甘酢漬け,ネバネバあえ,キャベツと玉葱の味噌汁,フルーツ			トマト	★ラスク 牛乳	
11	木	パン	コロッケ,冷製パスタ,ジュリエンヌスープ,フルーツ			人参スティック	★さくさくクッキー,牛乳	
12	金	ご飯	焼き魚,レバー煮,野菜汁,フルーツ			チーズ	★あじさいヨーグルト,牛乳	
13	土	パン	ちゃんぽん,竹輪の磯辺揚げ,チーズ,フルーツ			ヨーグルト	★おにぎり 牛乳	
15	月	五穀米	筑前煮,いり卵,豆腐と油揚げの味噌汁,フルーツ			リンゴ	★人参蒸しパン 牛乳	
16	火	ご飯	おにぎり,鶏のから揚げ,卵焼き,ウインナー,りんごジュース		豆腐と油揚げの味噌汁	チーズ	お菓子 野菜ジュース	ピクニック
17	水	ご飯	魚のムニエル,人参しりしり,野菜スープ,フルーツ,味付けのり			トマト	★スイートポテト 牛乳	
18	木	ご飯	照り焼きハンバーグ,ポテトサラダ,ミネストローネスープ フルーツ			人参スティック	★おからドーナツ 牛乳	クッキング (うさぎ)
19	金	ご飯	魚のフライ,きゅうりと若布の酢の物,豚汁,フルーツ			蒸し南瓜	★饅頭 牛乳	饅頭作り (きりん)
20	土	パン	野菜ラーメン,花シュウマイ,チーズ,フルーツ			ヨーグルト	★黄粉団子 牛乳	
22	月	五穀米	とんちゃん,キャベツの卵とじ,茄子の味噌汁,フルーツ			リンゴ	★ココアくずもち 牛乳	
23	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	ふかし芋	お菓子,野菜 ジュース,昆布	スイミング
24	水	ご飯	魚のみそマヨネーズ焼き,きゅうりの昆布和え,大根と若布の味噌汁 フルーツ			トマト	★野菜ポッキー 牛乳	
25	木	パン	スープパグッティ,ポパイサラダ,フルーツ			蒸し南瓜	★お好み焼き 牛乳	
26	金	ご飯	すり身のフライ,大豆の五目煮,じゃが芋と人参の味噌汁,フルーツ			バナナ	★チーズパン 牛乳	
27	土	パン	焼きそば,芋の天ぷら,若布スープ,チーズ,フルーツ			ヨーグルト	★和風カップケーキ,牛乳	
29	月	五穀米	肉じゃが,切干大根のサラダ,しめじとえのきの味噌汁,フルーツ			オレンジ	★南瓜ケーキ 牛乳	クッキング (ばんだ)
30	火	ご飯	きのご飯,トンカツ,トマト,南瓜サラダ,すまし汁,プリン			チーズ	★バナナポート 牛乳	お誕生会
31	水	ご飯	魚のごま照り焼き,高野豆腐の卵とじ,大根と若布の味噌汁 フルーツ			人参スティック	お菓子 野菜ジュース	

*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。

