

	月		火		水		木		金		土
星	1 入園式 ご飯 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 醤油 みりん 酒 油 かぶとツナの煮物 かぶ ツナ油漬 人参 塩 片栗粉  みそ汁 小松菜 じゃがいも 玉葱 煮干し 味噌		2 ポークカレー 豚こま肉 じゃがいも 人参 玉葱 にんにく しょうが 鶏がら 油 塩 アレルゲン不使用ルウ  きゅうりとトマトのマリネ きゅうり トマト 玉葱 穀物酢 油 塩		3 酵母ロール かじきのマヨ焼き めかじき 玉葱 塩 油 マヨドレ ほうれん草としめじのソテイ ほうれん草 もやし しめじ 油 塩  きゃべつとコーンのスープ きゃべつ えのき スイートコーン缶 鶏がら 煮干し 塩		4 ご飯 スタミナソテー 豚こま肉 ビーマン 人参 しょうが にんにく 醤油 酒 油 ブロッコリーの胡麻和え ブロッコリー 白すりごま 三温糖 醤油  すまし汁 えのき 小松菜 煮干し 花鰹 醤油 塩		5 ご飯 マーボー豆腐 木綿豆腐 豚ひき肉 干し椎茸 長葱 にら にんにく しょうが 油 三温糖 醤油 味噌 ごま油 片栗粉 野菜の甘酢漬 きゅうり 人参 酢 三温糖 醤油  みそ汁 わかめ 大根 煮干し 味噌		6 豚丼 精白米 玉葱 えのき しらたき 長葱 醤油 三温糖 みりん  人参スープ きゃべつ 人参 玉葱 ベーコン 鶏がら 煮干し 醤油 塩  オレンジ
おやつ	牛乳 米粉のいちご蒸しパン 米粉 いちごジャム ベーキングパウダー 牛乳 三温糖		ヨーグルト せんべい		麦茶 ケチャップおにぎり 精白米 鶏ひき肉 ケチャップ ソース 塩 油		牛乳 スイートポテト さつまいも 油 塩 グラニュー糖		牛乳 チーズクラッカー 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー 粉チーズ 油 水		カルビスゼリー お楽しみお菓子 アガー カルビス 水
星	8 ご飯 さわらの柚庵焼き さわら 醤油 みりん 酒 水 柚子 さつま揚げの煮物 大根 人参 さつま揚げ 油 煮干し 三温糖 醤油 みそ汁 小松菜 しめじ 煮干し 味噌		9 ご飯 バーベキューチキン 鶏もも肉 にんにく トマトケチャップ ソース 三温糖 アスパラサラダ きゃべつ きゅうり アスパラガス ロースハム 油 酢 塩 ほうれん草と玉葱のスープ ほうれん草 人参 玉葱 煮干し 塩 醤油		10 厚揚げの中華丼風 精白米 生揚げ 豚こま肉 白菜 人参 玉葱 干し椎茸 油 醤油塩 片栗粉 ごま酢あえ ほうれん草 人参 もやし 三温糖 塩 酢 白すりごま 醤油  すまし汁 かぶ わかめ 醤油 塩 煮干し 花鰹		11 ご飯 鮭の塩麹焼き 鮭 塩麹 水  煮びたし 小松菜 しめじ 人参 油揚げ 醤油 みりん 煮干し  みそ汁 じゃがいも 玉葱 煮干し 味噌		12 ご飯 中華風ローストチキン 鶏もも肉 玉葱 しょうが にんにく みりん 醤油 いりごま ごま油 きゅうりとひじきのサラダ きゅうり ひじき 玉葱 醤油 マヨドレ かつお節 かぼちゃのスープ かぼちゃ きゃべつ ベーコン パセリ 煮干し 塩		13 野菜ラーメン 生中華麺 豚こま肉 人参 もやし きゃべつ にら コーン缶 鶏がら 醤油 塩  りんご
おやつ	キャラメルプリン キャラメルプリンのもと 牛乳 水		牛乳 もちもちチーズポテト じゃがいも プロセスチーズ 片栗粉 塩 ケチャップ		牛乳 きな粉のスノーボールクッキー 米粉 かたくりこ きな粉 三温糖 油 水		牛乳 ポップコーン ポップコーンのもと 油 青のり 塩		牛乳 コーンフレークおこし コーンフレーク 有塩バター マシュマロ		牛乳 ジャムサンド コッペパン ブルーベリージャム
星	15 ご飯 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 醤油 みりん 酒 油 かぶとツナの煮物 かぶ ツナ油漬 人参 醤油 三温糖 片栗粉  みそ汁 小松菜 じゃがいも 玉葱 煮干し 味噌		16 ご飯 ポークカレー 豚こま肉 じゃがいも 人参 玉葱 にんにく しょうが 鶏がら 油 塩 アレルゲン不使用ルウ  きゅうりとトマトのマリネ きゅうり トマト 玉葱 穀物酢 油 塩		17 お誕生日会（※お星にはジュースが付きます） たけのご飯 精白米 油揚げ たけのこ 人参 干し椎茸 鶏こま肉 醤油 みりん 鶏のから揚げ 鶏もも肉 醤油 酒 しょうが 片栗粉 油 味噌ドレサラダ きゃべつ 人参 もやし 油 三温糖 酢 醤油 味噌 塩 すまし汁 えのき 小松菜 煮干し 花鰹 醤油 塩		18 ご飯 スタミナソテー 豚こま肉 ビーマン 人参 しょうが にんにく 醤油 酒 油  ブロッコリーの胡麻和え ブロッコリー 白すりごま 三温糖 醤油  きゃべつとコーンのスープ きゃべつ えのき スイートコーン缶 鶏がら 煮干し 塩		19 ごはん ご飯 マーボー豆腐 木綿豆腐 豚ひき肉 干し椎茸 長葱 にら にんにく しょうが 油 三温糖 醤油 味噌 ごま油 片栗粉 野菜の甘酢漬 きゅうり 人参 酢 三温糖 醤油  みそ汁 わかめ 大根 煮干し 味噌		20 豚丼 精白米 玉葱 えのき しらたき 長葱 醤油 三温糖 みりん  人参スープ きゃべつ 人参 玉葱 ベーコン 鶏がら 煮干し 醤油 塩  オレンジ
おやつ	牛乳 米粉のいちご蒸しパン 米粉 いちごジャム ベーキングパウダー 牛乳 三温糖		麦茶 水ようかん こしあん アガー 三温糖 水		牛乳 フルーツサンド コッペパン 生クリーム もも缶		牛乳 スイートポテト さつまいも 油 塩 グラニュー糖		牛乳 チーズクラッカー 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー 粉チーズ 油 水		カルビスゼリー お楽しみお菓子 アガー カルビス 水
星	22 ご飯 さわらの柚庵焼き さわら 醤油 みりん 酒 水 柚子 さつま揚げの煮物 大根 人参 さつま揚げ 油 煮干し 三温糖 醤油 みそ汁 小松菜 しめじ 煮干し 味噌		23 ご飯 バーベキューチキン 鶏もも肉 にんにく トマトケチャップ ソース 三温糖 アスパラサラダ きゃべつ きゅうり アスパラガス ロースハム 油 酢 塩 ほうれん草と玉葱のスープ ほうれん草 人参 玉葱 煮干し 塩 醤油		24 厚揚げの中華丼風 精白米 生揚げ 豚こま肉 白菜 人参 玉葱 干し椎茸 油 醤油塩 片栗粉 ごま酢あえ ほうれん草 人参 もやし 三温糖 塩 酢 白すりごま 醤油  すまし汁 かぶ わかめ 醤油 塩 煮干し 花鰹		25 ご飯 鮭の塩麹焼き 鮭 塩麹 水  煮びたし 小松菜 しめじ 人参 油揚げ 醤油 みりん 煮干し  みそ汁 じゃがいも 玉葱 煮干し 味噌		26 ご飯 中華風ローストチキン 鶏もも肉 玉葱 しょうが にんにく みりん 醤油 いりごま ごま油 きゅうりとひじきのサラダ きゅうり ひじき 玉葱 醤油 マヨドレ かつお節 かぼちゃのスープ かぼちゃ きゃべつ ベーコン パセリ 煮干し 塩		27 野菜ラーメン 生中華麺 豚こま肉 人参 もやし きゃべつ にら コーン缶 鶏がら 醤油 塩  りんご
おやつ	キャラメルプリン キャラメルプリンのもと 牛乳 水		牛乳 もちもちチーズポテト じゃがいも プロセスチーズ 片栗粉 塩 ケチャップ		牛乳 きな粉のスノーボールクッキー 米粉 かたくりこ きな粉 三温糖 油 水		牛乳 ポップコーン ポップコーンのもと 油 青のり 塩		牛乳 コーンフレークおこし コーンフレーク 有塩バター マシュマロ		牛乳 ジャムサンド コッペパン ブルーベリージャム
星	29 昭和の日		30 肉汁うどん 干しうどん 豚こま肉 大根 人参 干し椎茸 しめじ 小松菜 長葱 煮干し 昆布 醤油 みりん 塩  さつまいもの甘煮 さつまいも 水 三温糖								
おやつ			牛乳 シュガー揚げパン コッペパン 油 三温糖								

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
昼			軟飯 鶏肉と人参の煮物 鶏こま肉 人参 煮干しだし 醤油 三温糖 片栗粉 塩ゆでブロッコリー ブロッコリー 塩  すまし汁 わかめ 小松菜 煮干し 花鰹 醤油 塩	軟飯 豆腐のそぼろ煮 木綿豆腐 鶏ひき肉 三温糖 醤油 煮干しだし 片栗粉 野菜の煮物 きゅうり 人参 酢 三温糖 醤油  みそ汁 わかめ 大根 煮干し 味噌	
おやつ			ミルク さつまいもがゆ 精白米 さつまいも 鶏ひき肉 醤油	ミルク 豆腐おかがゆ 精白米 木綿豆腐 かつお節 醤油	
8	9	10	11	12	13
軟飯 かじきのとろみ煮 めかじき 醤油 三温糖 片栗粉 昼 野菜の煮物 人参 大根 煮干し 三温糖 醤油  みそ汁 小松菜 わかめ 煮干し 味噌	軟飯 鶏肉のみそ煮 鶏こま肉 味噌 三温糖 片栗粉 野菜の柔らか煮 きゃべつ きゅうり 三温糖 醤油  すまし汁 玉ねぎ ほうれん草 煮干し 醤油 塩	軟飯 豆腐と野菜のとろみ煮 木綿豆腐 白菜 人参 玉葱 醤油 塩 片栗粉 おかかあえ ほうれん草 もやし かつお節 醤油  みそ汁 かぶ わかめ 煮干し 味噌	軟飯 鮭のとろみ煮 鮭 煮干し 塩 片栗粉 煮びたし 小松菜 人参 醤油 三温糖  みそ汁 玉ねぎ じゃがいも 煮干し 味噌	軟飯 鶏肉の照り煮 鶏もも肉 醤油 三温糖 片栗粉 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ 三温糖 醤油 みそ汁 きゃべつ 玉ねぎ 煮干し 味噌	
おやつ	ミルク 鶏ぞうすい 精白米 鶏ひき肉 小松菜 煮干しだし 塩	ミルク ゑぼテト粥 精白米 鶏こま肉 じゃがいも 人参 塩	ミルク 鶏肉と白菜のおかゆ 精白米 鶏ひき肉 白菜 煮干し 塩	ミルク ツナがゆ 精白米 ソフ水煮缶 かつお節 醤油	ミルク かぼちゃがゆ 精白米 かぼちゃ 鶏ひき肉 塩
15	16	17	18	19	20
軟飯  鶏肉のとろみ煮 鶏こま肉 醤油 三温糖 片栗粉 かぶと人参の煮物 かぶ 人参 塩  みそ汁 じゃがいも 玉ねぎ 小松菜 煮干し 味噌	軟飯  ボトフ 鶏こま肉 じゃがいも 人参 玉葱 煮干し 塩 きゅうりとトマトの煮物 きゅうり トマト 醤油 三温糖	軟飯  鶏肉ときゃべつのみそ煮 鶏こま肉 きゃべつ 味噌 三温糖 片栗粉 人参の甘煮 人参 醤油 三温糖  すまし汁 小松菜 もやし 煮干し 醤油 塩	軟飯  鶏肉と人参の煮物 鶏こま肉 人参 煮干しだし 醤油 三温糖 片栗粉 塩ゆでブロッコリー ブロッコリー 塩  すまし汁 わかめ 小松菜 煮干し 花鰹 醤油 塩	軟飯 豆腐のそぼろ煮 木綿豆腐 鶏ひき肉 三温糖 醤油 煮干しだし 片栗粉 野菜の煮物 きゅうり 人参 酢 三温糖 醤油  みそ汁 わかめ 大根 煮干し 味噌	
おやつ	ミルク 鶏肉と野菜のおかゆ 精白米 鶏こま肉 人参 小松菜 塩 醤油	ミルク なすのおじや 精白米 鶏ひき肉 なす 塩 醤油	ミルク 鶏肉と野菜のおかゆ 精白米 鶏こま肉 人参 きゃべつ 塩 醤油	ミルク さつまいもがゆ 精白米 さつまいも 鶏ひき肉 醤油	ミルク 豆腐おかがゆ 精白米 木綿豆腐 かつお節 醤油
22	23	24	25	26	27
軟飯 かじきのとろみ煮 めかじき 醤油 三温糖 片栗粉 昼 野菜の煮物 人参 大根 煮干し 三温糖 醤油  みそ汁 小松菜 わかめ 煮干し 味噌	軟飯 鶏肉のみそ煮 鶏こま肉 味噌 三温糖 片栗粉 野菜の柔らか煮 きゃべつ きゅうり 三温糖 醤油  すまし汁 玉ねぎ ほうれん草 煮干し 醤油 塩	軟飯 豆腐と野菜のとろみ煮 木綿豆腐 白菜 人参 玉葱 醤油 塩 片栗粉 おかかあえ ほうれん草 もやし かつお節 醤油  みそ汁 かぶ わかめ 煮干し 味噌	軟飯 鮭のとろみ煮 鮭 煮干し 塩 片栗粉 煮びたし 小松菜 人参 醤油 三温糖  みそ汁 玉ねぎ じゃがいも 煮干し 味噌	軟飯 鶏肉の照り煮 鶏もも肉 醤油 三温糖 片栗粉 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ 三温糖 醤油 みそ汁 きゃべつ 玉ねぎ 煮干し 味噌	
おやつ	ミルク 鶏ぞうすい 精白米 鶏ひき肉 小松菜 煮干しだし 塩	ミルク ゑボテト粥 精白米 鶏こま肉 じゃがいも 人参 塩	ミルク 鶏肉と白菜のおかゆ 精白米 鶏ひき肉 白菜 煮干し 塩	ミルク ツナがゆ 精白米 ツナ水煮缶 かつお節 醤油	ミルク かぼちゃがゆ 精白米 かぼちゃ 鶏ひき肉 塩
29 昭和の日	30				
昼	肉汁うどん 干しうどん 豚こま肉 大根 人参 小松菜 煮干し 醤油 三温糖  さつまいもの甘煮 さつまいも 水 三温糖				
おやつ	パンがゆ 食パン 調製粉乳 水				

	月	火	水	木	金	土
昼	1	2	3	4	5	6
				軟飯 鶏肉と人参の煮物 鶏こま肉 人参 煮干しだし 醤油 三温糖 片栗粉 塩ゆでブロッコリー ブロッコリー 塩  すまし汁 わかめ 小松菜 煮干し 花鰹 醤油 塩	軟飯 豆腐のそぼろ煮 木綿豆腐 鶏ひき肉 三温糖 醤油 煮干しだし 片栗粉 野菜の煮物 きゅうり 人参 酢 三温糖 醤油  みそ汁 わかめ 大根 煮干し 味噌	
おやつ				ミルク さつまいもがゆ 精白米 さつまいも 鶏ひき肉 醤油	ミルク 豆腐おかがゆ 精白米 木綿豆腐 かつお節 醤油	
昼	8	9	10	11	12	13
	軟飯 かじきのとろみ煮 めかじき 醤油 三温糖 片栗粉 野菜の煮物 人参 大根 煮干し 三温糖 醤油  みそ汁 小松菜 わかめ 煮干し 味噌	軟飯 鶏肉のみそ煮 鶏こま肉 味噌 三温糖 片栗粉 野菜の柔らか煮 きゃべつ きゅうり 三温糖 醤油  すまし汁 玉ねぎ ほうれん草 煮干し 醤油 塩	軟飯 豆腐と野菜のとろみ煮 木綿豆腐 白菜 人参 玉葱 醤油 塩 片栗粉 おかかあえ ほうれん草 もやし かつお節 醤油  みそ汁 かぶ わかめ 煮干し 味噌	軟飯 鮭のとろみ煮 鮭 煮干し 塩 片栗粉 煮びたし 小松菜 人参 醤油 三温糖  みそ汁 玉ねぎ じゃがいも 煮干し 味噌	軟飯 鶏肉の照り煮 鶏もも肉 醤油 三温糖 片栗粉 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ 三温糖 醤油 みそ汁 きゃべつ 玉ねぎ 煮干し 味噌	
おやつ	ミルク 鶏ぞうすい 精白米 鶏ひき肉 小松菜 煮干しだし 塩	ミルク んぽてト粥 精白米 鶏こま肉 じゃがいも 人参 塩	ミルク 鶏肉と白菜のおかゆ 精白米 鶏ひき肉 白菜 煮干し 塩	ミルク ツナがゆ 精白米 ツナ水煮缶 かつお節 醤油	ミルク かぼちゃがゆ 精白米 かぼちゃ 鶏ひき肉 塩	
昼	15	16	17	18	19	20
	軟飯  鶏肉のとろみ煮 鶏こま肉 醤油 三温糖 片栗粉 かぶと人参の煮物 かぶ 人参 塩  みそ汁 じゃがいも 玉ねぎ 小松菜 煮干し 味噌	軟飯  ポトフ 鶏こま肉 じゃがいも 人参 玉葱 煮干し 塩 きゅうりとトマトの煮物 きゅうり トマト 醤油 三温糖	軟飯  鶏肉ときゃべつのみそ煮 鶏こま肉 きゃべつ 味噌 三温糖 片栗粉 人参の甘煮 人参 醤油 三温糖  すまし汁 小松菜 もやし 煮干し 醤油 塩	軟飯  鶏肉と人参の煮物 鶏こま肉 人参 煮干しだし 醤油 三温糖 片栗粉 塩ゆでブロッコリー ブロッコリー 塩  すまし汁 わかめ 小松菜 煮干し 花鰹 醤油 塩	軟飯 豆腐のそぼろ煮 木綿豆腐 鶏ひき肉 三温糖 醤油 煮干しだし 片栗粉 野菜の煮物 きゅうり 人参 酢 三温糖 醤油  みそ汁 わかめ 大根 煮干し 味噌	
おやつ	ミルク 鶏肉と野菜のおかゆ 精白米 鶏こま肉 人参 小松菜 塩 醤油	ミルク なすのおじや 精白米 鶏ひき肉 なす 塩 醤油	ミルク 鶏肉と野菜のおかゆ 精白米 鶏こま肉 人参 きゃべつ 塩 醤油	ミルク さつまいもがゆ 精白米 さつまいも 鶏ひき肉 醤油	ミルク 豆腐おかがゆ 精白米 木綿豆腐 かつお節 醤油	
昼	22	23	24	25	26	27
	軟飯 かじきのとろみ煮 めかじき 醤油 三温糖 片栗粉 野菜の煮物 人参 大根 煮干し 三温糖 醤油  みそ汁 小松菜 わかめ 煮干し 味噌	軟飯 鶏肉のみそ煮 鶏こま肉 味噌 三温糖 片栗粉 野菜の柔らか煮 きゃべつ きゅうり 三温糖 醤油  すまし汁 玉ねぎ ほうれん草 煮干し 醤油 塩	軟飯 豆腐と野菜のとろみ煮 木綿豆腐 白菜 人参 玉葱 醤油 塩 片栗粉 おかかあえ ほうれん草 もやし かつお節 醤油  みそ汁 かぶ わかめ 煮干し 味噌	軟飯 鮭のとろみ煮 鮭 煮干し 塩 片栗粉 煮びたし 小松菜 人参 醤油 三温糖  みそ汁 玉ねぎ じゃがいも 煮干し 味噌	軟飯 鶏肉の照り煮 鶏もも肉 醤油 三温糖 片栗粉 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ 三温糖 醤油 みそ汁 きゃべつ 玉ねぎ 煮干し 味噌	
おやつ	ミルク 鶏ぞうすい 精白米 鶏ひき肉 小松菜 煮干しだし 塩	ミルク んぽてト粥 精白米 鶏こま肉 じゃがいも 人参 塩	ミルク 鶏肉と白菜のおかゆ 精白米 鶏ひき肉 白菜 煮干し 塩	ミルク ツナがゆ 精白米 ツナ水煮缶 かつお節 醤油	ミルク かぼちゃがゆ 精白米 かぼちゃ 鶏ひき肉 塩	
昼	29 昭和の日	30				
		肉汁うどん 干しうどん 豚こま肉 大根 人参 小松菜 煮干し 醤油 三温糖  さつまいもの甘煮 さつまいも 水 三温糖				
おやつ		パンがゆ 食パン 調製粉乳 水				