

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
2 (月) 16 (月)	御飯 スープ(豆腐ねぎ) ハンバーグ(レバー入り・煮込み) 三色なます	せんべい／牛乳／米／木綿豆腐、ねぎ、かつおだし汁、食塩、白こしょう／豚ひき肉 豚レバー、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、トマト、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 ／だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁／マカロニ、きな粉 砂糖、食塩／牛乳	せんべい 牛乳 マカロニきな粉 牛乳
4 (水) 18 (水)	ハヤシライス・牛肉 ひじきのマリネ オレンジ	ブルーン(乾)／牛乳／米／牛肉(もも)、たまねぎ、じやがいも、にんじん マッシュルーム、油、ハヤシルウ、ケチャップ／ひじき、しょうゆ、砂糖 だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、油、酢、食塩／オレンジ ／クラッカー／せんべい／牛乳	ブルーン 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
5 (木) 19 (木)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) かじきとごぼうの煮つけ 小松菜ともやしのあえ物	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／だいこん、油揚げ、カットわかめ かつおだし汁、米みそ／かじき、しょうゆ、砂糖、酒、しょうが、ごぼう ／こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖／スペゲティ にんじん、たまねぎ、ピーマン、バター、ケチャップ、食塩、白こしょう 粉チーズ／牛乳	ヨーグルト お茶 スペゲティナポリタン 牛乳
6 (金) 20 (金)	食パン グラムチャウダー(豆乳) タンドリーチキン フレンチサラダ	クラッカー／牛乳／食パン／あさり水煮缶、じやがいも、にんじん、たまねぎ、油 クリームコーン缶、洋風だしの素、食塩、豆乳、米粉／鶏もも肉、食塩、しょうゆ にんにく、カレー粉、ケチャップ、レモン果汁／キヤベツ、きゅうり、にんじん ツナ水煮缶、油、酢、食塩、白こしょう／米、しらす干し、ごま／牛乳	クラッcker 牛乳 じゃこごまおにぎり 牛乳
7 (土) 21 (土)	あんかけうどん バナナ	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、はくさい、たまねぎ、にんじん ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉／バナナ／クラッcker ／せんべい／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッcker お茶
9 (月) 30 (月)	御飯 みそ汁(あさり) 豚肉のカレー風味焼き 大根とあげの煮物	せんべい／牛乳／米／あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ／豚肉(もも)、食塩、こしょう、カレー粉、みりん、しょうが ににく、油／だいこん、にんじん、油揚げ、かつおだし汁、酒 しょうゆ、砂糖、食塩／さつまいも、食塩／牛乳	せんべい 牛乳 蒸し芋 牛乳
10 (火) 24 (火)	御飯 みそ汁(はくさい・えのき) 炒り豆腐(ひじき) かぶのあちやら漬け	チーズ／麦茶(浸出液)／米、／はくさい、にんじん、えのきだけ、油揚げ かつお・昆布だし汁／木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき、干しいたけ、にんじん たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、さやえんどう／かぶ、きゅうり かぶ・葉、酢、砂糖、食塩／食パン、いちごジャム／牛乳	チーズ お茶 いちごジャムパン 牛乳
11 (水) 25 (水)	じやこまぜ御飯 みそ汁(もやし・大根) 鶏肉の照り焼き ほうれん草と油揚げのお浸し	ブルーン(乾)／牛乳／米、しらす干し、ごま油、ねぎ、しょうゆ、かつお節／もやし だいこん、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ／鶏もも肉(皮付き) 片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが／ほうれんそう、にんじん、油揚げ かつおだし汁、しょうゆ、みりん／クラッcker／せんべい／牛乳	ブルーン 牛乳 クラッcker・せんべい 牛乳
12 (木)	御飯 すまし汁(小松菜・あげ) 鮭のみぞ照り焼き たけのこと根菜の煮物	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／こまつな、にんじん、えのきだけ、油揚げ かつおだし汁、しょうゆ、食塩／さけ、しょうが、米みそ、砂糖、みりん、酒／ごぼう たけのこと、にんじん、干しいたけ、鶏もも肉(皮付き)、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、グリンピース(冷凍)／米粉、ベーキングパウダー、油、食塩、豆乳 つぶしあん(砂糖添加)／牛乳	ヨーグルト お茶 小豆蒸しパン 牛乳
13 (金) 27 (金)	とん汁うどん かぼちゃサラダ(おから) りんご	クラッcker／牛乳／ゆでうどん、豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、さといも ごぼう、ねぎ、ごま油、かつおだし汁、米みそ、みりん／かぼちゃ、きゅうり コーン缶、ツナ油漬缶、おから、砂糖、しょうゆ、酢、油／りんご、／米 もち米、水、米みそ、砂糖、みりん／牛乳	クラッcker 牛乳 五平餅 牛乳
14 (土) 28 (土)	ツナトマトスペゲティー オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／スペゲティー、たまねぎ、こまつな、ツナ油漬缶 ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩、油／オレンジ／クラッcker ／せんべい／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッcker お茶
17 (火)	御飯 豆腐みそ汁 豚肉のしょうが焼き 切干し大根と里芋の旨煮	チーズ／麦茶(浸出液)／米／木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ／豚肉(肩ロース)、しょうが、酒／切り干しだいこん、油揚げ さといも、さやえんどう、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん／ホットケーキ粉、牛乳 砂糖、無塩バター、チーズ、ほうれんそう／牛乳	チーズ お茶 チーズカップケーキ 牛乳
26 (木)	きのこ御飯(鶏) 豆腐すまし汁(わかめ) さけのみぞ照り焼き ごぼうのごまよごし 誕生会	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米、鶏ひき肉、しめじ、しいたけ、えのきだけ にんじん、食塩、しょうゆ、酒、砂糖／木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ 昆布・かつおだし汁、しょうゆ、食塩／さけ、しょうが、米みそ、砂糖、みりん、酒 ／ごぼう、かつおだし汁、みりん、しょうゆ、黒ごま、しょうゆ、砂糖／さつまいも、砂糖 豆乳、米粉／牛乳	ヨーグルト お茶 もっちりスイートポテト 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますので、ご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	457kcal (485kcal)	19. 0g (20. 6g)
3歳以上児	560kcal (582kcal)	16. 1g (16. 2g)

()は、目標量です。



～行事食～	
★誕生会 (26日)	
昼食	午後おやつ
きのこ御飯	もっちりスイートポテト
豆腐すまし汁	牛乳
さけのみぞ照り焼き	
ごぼうのごまよごし	



日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
2 (月) 16 (月)	軟飯 スープ(豆腐ねぎ) ハンバーグ(レバー入り・煮込み) 三色なます	せんべい／牛乳／米／木綿豆腐、ねぎ、かつおだし汁、食塩、白こしょう／豚ひき肉 豚レバー、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、トマト、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 ／だいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁／マカロニ、きな粉 砂糖、食塩／牛乳	せんべい 牛乳 マカロニきな粉 牛乳
4 (水) 18 (水)	ハヤシライス・牛肉 ひじきのマリネ オレンジ	ブルーン(乾)／牛乳／米、牛肉(もも)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん マッシュルーム、油、ハヤシルウ、ケチャップ／ひじき、しょうゆ、砂糖 だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、油、酢、食塩／オレンジ ／クラッカー／せんべい／牛乳	ブルーン 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
5 (木) 19 (木)	軟飯 みそ汁(だいこん・あげ) かじきとごぼうの煮つけ 小松菜ともやしのあえ物	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／だいこん、油揚げ、カットわかめ かつおだし汁、米みそ／かじき、しょうゆ、砂糖、酒、しうが、ごぼう ／こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖／スパゲティ にんじん、たまねぎ、ピーマン、バター、ケチャップ、食塩、白こしょう チーズ／牛乳	ヨーグルト お茶 スパゲティナポリタン 牛乳
6 (金) 20 (金)	食パン グラムチャウダー(豆乳) タンドリーチキン フレンチサラダ	クラッcker／牛乳／食パン／あさり水煮缶、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、油 クリームコーン缶、洋風だしの素、食塩、豆乳、米粉／鶏もも肉、食塩、しょうゆ にんにく、カレー粉、ケチャップ、レモン果汁／キヤペツ、きゅうり、にんじん ツナ水煮缶、油、酢、食塩、白こしょう／米、しらす干し、ごま／牛乳	クラッcker 牛乳 じやこごまおにぎり 牛乳
7 (土) 21 (土)	あんかけうどん バナナ	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、はくさい、たまねぎ、にんじん ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉／バナナ／クラッcker ／せんべい／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッcker お茶
9 (月) 30 (月)	軟飯 みそ汁(あさり) 豚肉のカレー風味焼き 大根とあげの煮物	せんべい／牛乳／米／あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ／豚肉(もも)、食塩、こしょう、カレー粉、みりん、しうが にんにく、油／だいこん、にんじん、油揚げ、かつおだし汁、酒 しょうゆ、砂糖、食塩／さつまいも、食塩／牛乳	せんべい 牛乳 蒸し芋 牛乳
10 (火) 24 (火)	軟飯 みそ汁(はくさい・えのき) 炒り豆腐(ひじき) かぶのあちやら漬け	チーズ／麦茶(浸出液)／米、／はくさい、にんじん、えのきたけ、油揚げ かつお・昆布だし汁／木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき、干しいたけ、にんじん たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、さやえんどう／かぶ、きゅうり かぶ・葉、酢、砂糖、食塩／食パン、いちごジャム／牛乳	チーズ お茶 いちごジャムパン 牛乳
11 (水) 25 (水)	じやこまぜ御飯 みそ汁(もやし・大根) 鶏肉の照り焼き ほうれん草と油揚げのお浸し	ブルーン(乾)／牛乳／米、しらす干し、ごま油、ねぎ、しょうゆ、かつお節／もやし だいこん、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ／鶏もも肉(皮付き) 片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、しうが／ほうれんそう、にんじん、油揚げ かつおだし汁、しょうゆ、みりん／クラッcker／せんべい／牛乳	ブルーン 牛乳 クラッcker・せんべい 牛乳
12 (木)	軟飯 すまし汁(小松菜・あげ) 鮭のみそ照り焼き たけのこと根菜の煮物	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／こまつな、にんじん、えのきたけ、油揚げ かつおだし汁、しょうゆ、食塩／さけ、しうが、米みそ、砂糖、みりん、酒／ごぼう たけのこと、にんじん、干しいたけ、鶏もも肉(皮付き)、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、砂糖、グリンピース(冷凍)／米粉、ベーキングパウダー、油、食塩、豆乳 つぶあん(砂糖添加)／牛乳	ヨーグルト お茶 小豆蒸しパン 牛乳
13 (金) 27 (金)	とん汁うどん かぼちゃサラダ(おから) りんご	クラッcker／牛乳／ゆでうどん、豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、さといも ごぼう、ねぎ、ごま油、かつおだし汁、米みそ、みりん／かぼちゃ、きゅうり コーン缶、ツナ油漬缶、おから、砂糖、しょうゆ、酢、油／りんご、／米 もち米、水、米みそ、砂糖、みりん／牛乳	クラッcker 牛乳 五平餅 牛乳
14 (土) 28 (土)	ツナトマトスパゲティ オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ油漬缶 ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩、油／オレンジ／クラッcker ／せんべい／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッcker お茶
17 (火)	軟飯 豆腐みそ汁 豚肉のしょうが焼き 切干し大根と里芋の旨煮	チーズ／麦茶(浸出液)／米／木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ／豚肉(肩ロース)、しょうゆ、しうが、酒／切り干し大根、油揚げ さといも、さやえんどう、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん／ホットケーキ粉、牛乳 砂糖、無塩バター、チーズ、ほうれんそう／牛乳	チーズ お茶 チーズカップケーキ 牛乳
26 (木) 誕生会	きのこ御飯(鶏) 豆腐すまし汁(わかめ) さけのみそ照り焼き ごぼうのごまよごし	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米、鶏ひき肉、しめじ、しいたけ、えのきたけ にんじん、食塩、しょうゆ、酒、砂糖／木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ 昆布・かつおだし汁、しょうゆ、食塩／さけ、しうが、米みそ、砂糖、みりん、酒 ／ごぼう、かつおだし汁、みりん、しうが、黒ごま、しょうゆ、砂糖／さつまいも、砂糖 豆乳、米粉／牛乳	ヨーグルト お茶 もっちりスイートポテト 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますので、ご了承ください。



～行事食～

★誕生会（26日）

昼食

午後おやつ

きのこ御飯

もっちりスイートポテト

豆腐すまし汁

牛乳

さけのみそ照り焼き

ごぼうのごまよごし