



献立表

完了・幼児

献立作成者 楳

日 曜	行事	献立名	10時おやつ 3時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)				
				ストロング	パワー	ヘルシー	その他	
04 (土)		豚肉チャーハン きのこのソテー わかめスープ バナナ	菓子 オレンジ寒天	豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	米、きびさとう	バナナ、オレンジ濃縮果汁、にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、ピーマン、しめじ、えのきたけ、こねぎ、粉かんでん、あおのり	煮干だし汁、料理酒、濃口しょうゆ、食塩	
06 (月)		御飯 ハンバーグ ひじきの煮物 白菜のおかか和え	だいこんとわかめのすまし汁 りんご ジャガイモの煮物	牛ひき肉、豚ひき肉、うす揚げ	米、小麦粉、パン粉、きび砂糖	たまねぎ、はくさい、にんじん、ピーマン、トマト、だいこん、チンゲンサイ、しめじ、こねぎ、ひじき、さやえんどう、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、食塩	
07 (火)		七草がゆ 鶏肉のごま焼き キャベツサラダ かぼちゃの煮物	えのきたけとくさいのみそ汁 バナナ	鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ	米、小麦粉、きび砂糖、砂糖	かぼちゃ、キャベツ、はくさい、えのきたけ、ごま、いんげん	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、みりん	
08 (水)	始業式	御飯 魚の塩焼き 小松菜の和え物 もやしの納豆あえ	豚汁 豆乳スープ 野菜うどん	魚、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ、豚肉(もも)	うどん、米、さつまいも、きび砂糖	こまつな、にんじん、たまねぎ、もやし、糸こんにゃく、だいこん、ごぼう、こねぎ	かつお・昆布だし汁、かつおだし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩	
09 (木)		豚丼 ごぼうサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ	こぶき芋 かぼちゃの煮物	豚肉(もも)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖	バナナ、たまねぎ、はくさい、ごぼう、にんじん、こねぎ、きゅうり、ごま、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、みりん	
10 (金)	くま組 選択給食	御飯 鶏肉の煮物 マカロニサラダ きんぴらごぼう	みそ汁 りんご	ばなな ジャガイモ煮物	鶏もも肉	米、食パン、マカロニ、きび砂糖、片栗粉	りんご、ごぼう、もずく、にんじん、たまねぎ、きゅうり、こねぎ	濃口しょうゆ、本みりん、食塩、料理酒、食塩
14 (火)		御飯 魚の煮物 青のりポテト ブロッコリーとササミの和え物	たまねぎスープ りんご	たい、豚ひき肉、鶏ささ身、うす揚げ	米、小麦粉、じゃがいも、きび砂糖、パン粉	ブロッコリー、たまねぎ、トマト、チンゲンサイ、たけのこ、干しいたけ、あおのり	濃口しょうゆ、ケチャップ、洋風だし、ドライイースト、食塩	
15 (水)		御飯 鶏肉の照焼 ほうれん草の和え物 3色ナムル	わかめのみそ汁 豆乳スープ 豆腐の小豆煮	鶏もも肉、あずき(乾)、米みそ(淡色辛みそ)、生揚げ	米、きび砂糖	もやし、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、きゅうり、こねぎ、カットわかめ、ごま	煮干だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩	
16 (木)	リズムク	じゃこわかめ御飯 魚の煮物 小松菜の白和え 切り干し大根の煮物	すまし汁 バナナ	たい、木綿豆腐、しらす干し、みそ(無添加)、うす揚げ	さつまいも、米、砂糖、小麦粉、パン粉、きび砂糖	にんじん、にら、こまつな、たまねぎ、切り干しだいこん、いんげん、ごま、カットわかめ	ケチャップ、濃口しょうゆ、中華だしの素、食塩、こしょう	
17 (金)		御飯 豚テキ きゅうりとわかめのナムル にんじんシリシリ	豆腐と大根のみそ汁 粉ふき芋 ひじきおにぎり	豚肉(ロース)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)	米、きび砂糖、小麦粉	にんじん、もやし、きゅうり、だいこん、こねぎ、ひじき、カットわかめ、ごま	煮干だし汁、濃口しょうゆ、本みりん、ケチャップ、ウスターソース	
20 (月)		御飯 鶏肉のケチャップ煮 白菜とほうれん草の和え物 パスタサラダ	野菜スープ ばなな かぼちゃの煮物	鶏もも肉(皮付き)	米、小麦粉、きび砂糖、スパゲティ	はくさい、ほうれん草、にんじん、キャベツ、きゅうり、たまねぎ	ケチャップ、濃口しょうゆ、酢、洋風だし、食塩	
21 (火)		カレーライス チンゲン菜の和え物 きのこスープ バナナ	りんご さつまいもの煮物	豚肉(もも)、花かつお節	米、じゃがいも、小麦粉、きび砂糖	バナナ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しめじ、えのきたけ、ピーマン、パセリ	カレーウ、洋風だし、濃口しょうゆ、食塩	
22 (水)		わかめうどん 鶏肉の煮物 れんこんのサラダ みかん	りんご おかかおにぎり	鶏もも肉、花かつお節	生うどん、米、小麦粉、きび砂糖	みかん、たまねぎ、万能ねぎ、れんこん、にんじん、こまつな、こねぎ、こんぶ(だし用)、カットわかめ、ひじき	濃口しょうゆ、みりん、食塩	
23 (木)		御飯 魚の味噌煮 はるさめサラダ れんこんのきんぴら	豆腐のすまし汁 豆乳スープ さつまいもの煮物	たい、米みそ(淡色辛みそ)、木綿豆腐、うす揚げ	さつまいも、米、砂糖、はるさめ、きび砂糖	れんこん、にんじん、えのきたけ、こねぎ、きゅうり、ごま	かつお・昆布だし汁、みりん、料理酒、濃口しょうゆ、酢	
24 (金)		御飯 魚の煮物 ポテトサラダ ピーマンともやしの炒め物	キャベツスープ バナナ お誕生日ケーキ	魚	米、じゃがいも、きび砂糖	もやし、にんじん、ピーマン、たまねぎ、きゅうり、パセリ、キャベツ	ケチャップ、カレー粉、洋風だし、濃口しょうゆ	
25 (土)		チキンライス 野菜サラダ 玉ねぎとキャベツのスープ バナナ	菓子 きなこ蒸しパン	鶏ひき肉、きな粉	米、小麦粉、きび砂糖	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、きゅうり、こねぎ	ケチャップ、洋風だし、食塩	
27 (月)		御飯 ♥キャベツシュウマイ きゅうりとわかめの酢の物 ひじきの納豆和え	きのこのみそ汁 りんご いなり寿司	豚ひき肉、納豆、うす揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	米、きび砂糖、片栗粉	もやし、ひじき、にんじん、たまねぎ、しめじ、きゅうり、キャベツ、えのきたけ、こねぎ、黒ごま、カットわかめ	煮干だし汁、濃口しょうゆ、酢、料理酒、食塩、本みりん	
28 (火)		御飯 豚ニラつくね 3色きんぴら かぼちゃサラダ	なめこのみそ汁 粉ふき芋 わかめうどん	豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ、みそ(無添加)	米、干しうどん	かぼちゃ、はくさい、ごぼう、キャベツ、にんじん、こねぎ、ピーマン、にら、なめこ、きゅうり、たまねぎ、カットわかめ、ごま	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、本みりん、料理酒	
29 (水)		御飯 照り焼きつくね だいこんのもの もやしのナムル	厚揚げのみそ汁 バナナ チャーハン	牛ひき肉、豚ひき肉、生揚げ、淡色みそ	米、きび砂糖	たまねぎ、もやし、だいこん、にんじん、こまつな、ピーマン、こねぎ、あおのり	煮干だし汁、濃口しょうゆ、料理酒、みりん、食塩	
30 (木)		ほうれん草のクリームパスタ 小松菜のごま和え ミネストローネ りんご	豆乳スープ ジャガイモ煮物	ベーコン	じゃがいも、スパゲティ、小麦粉、きび砂糖	りんご、たまねぎ、はくさい、こまつな、ほうれん草、にんじん、トマト、パセリ、ごま	ケチャップ、洋風だし、濃口しょうゆ、食塩	
31 (金)		御飯 鶏肉のカレー焼き 野菜炒め 小松菜と人参の和え物	さつまいものみそ汁 ばなな かぼちゃの煮物	鶏肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、花かつお節	米、さつまいも、パン粉、きび砂糖、小麦粉	キャベツ、こまつな、バナナ、はくさい、にんじん、こねぎ、ピーマン	煮干だし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、ウスターソース、こしょう	

※使用食材は地産地消を基本とし調味料、醤油、味噌は国産無添加食品を使用しています。砂糖は基本きび砂糖です。

※その他の食材も安心安全な物を厳選し、調理水は還元水にて調理しています。

※上記の献立・食材は納入状況により変更する場合があります。

※♥マークは新メニューになります。