

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)			献立作成者 植
			バナナ	りんご	鶏もも肉(皮付き)、いんげんまめ(ゆで)	パワ	ヘルシー	その他		
01 (金)	こどもの日 メニュー	こいのぼりオムライス 鶏肉のカレー焼き 青のりポテト 小松菜スープ	バナナ	りんご	鶏もも肉(皮付き)、いんげんまめ(ゆで)	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖	みかん濃縮果汁、たまねぎ、こまつな、はくさい、パセリ、粉かんでん、あおのり	ケチャップ、カレー粉、洋風だし、食塩		
07 (木)		わかめとたまねぎのすまし汁 大根おろしハンバーグ パスタサラダ ひじきの煮物	りんご	じゃがいも煮物	牛ひき肉、豚ひき肉、うす揚げ	米、小麦粉、きび砂糖、スパゲティ、パン粉、油、砂糖	たまねぎ、にんじん、ひじき、だいこん、きゅうり、さやえんどう、こねぎ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、酢、本みりん、食塩		
08 (金)		スタミナ丼 ごぼう・胡瓜のサラダ キャベツのみそ汁 オレンジ	りんご	豆腐のあずき煮	豚肉(もも)、木綿豆腐、あずき(乾)、米みそ(淡色辛みそ)	米、七福米、もち米、砂糖	オレンジ、たまねぎ、はくさい、ごぼう、こねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、にら、ごま、糸こんにゃく	煮干だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩		
11 (月)		御飯 鶏肉のカレーパン粉焼き ピーマンともやしの炒め物 白菜の和え物	バナナ	ひじきおにぎり	鶏むね肉、生揚げ、淡色みそ	米、パン粉、きび砂糖	はくさい、もやし、にんじん、キャベツ、ピーマン、こねぎ、ひじき	煮干だし汁、濃口しょうゆ、本みりん、カレールー		
12 (火)		ハヤシライス コールスロー 洋風スープ バナナ	豆乳スープ	さつまいも煮物	牛肉(もも)	きび砂糖	たまねぎ、バナナ、にんじん、はくさい、キャベツ、とうもろこし、グリーンピース、パセリ	ハヤシルー、ケチャップ、洋風だし、食塩		
13 (水)		グリーンピース御飯 魚の煮物 れんごんのサラダ 野菜炒め	粉ふき芋	かぼちゃの煮物	たい、きな粉	米、油、小麦粉、きび砂糖、パン粉	キャベツ、れんこん、にんじん、にら、たまねぎ、ピーマン、こまつな、ひじき、グリーンピース	ケチャップ、濃口しょうゆ、ウスターソース、食塩、中華だしの素、こしょう		
14 (木)		ジャージャーうどん ほうれん草の和え物 かぼちゃの甘がらめ オレンジ	バナナ	じゃがいも煮物	豚ひき肉、牛ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、ゼラチン	うどん、きび砂糖、片栗粉	オレンジ、かぼちゃ、ほうれん草、たまねぎ、きゅうり、もやし、ごま	濃口しょうゆ、料理酒、みりん		
15 (金)		御飯 肉団子 豆腐のサラダ にんじんシリシリ	バナナ	さつまいも煮物	豚ひき肉、木綿豆、みそ(無添加)	米、小麦粉、きび砂糖	にんじん、もやし、きゅうり、キャベツ、にら、ごま	洋風だし、濃口しょうゆ、酢、食塩		
18 (月)		御飯 魚のかば焼き はるさめサラダ 白菜納豆	りんご	いなり寿司	たい、納豆、うす揚げ、木綿豆腐、淡色みそ	米、きび砂糖、はるさめ、小麦粉、砂糖	はくさい、にんじん、えのきたけ、きゅうり、黒ごま	煮干だし汁、酢、濃口しょうゆ、みりん、食塩、本みりん		
19 (火)		御飯 ♥甘酢チキン きゅうりとわかめのサラダ ビーフン	ヨーグルト	バナナ	鶏むね肉	米、小麦粉、砂糖、ビーフン、片栗粉、油、きび砂糖	たまねぎ、にんじん、もずく、バナナ、きゅうり、ピーマン、こねぎ、カットわかめ	濃口しょうゆ、米酢、料理酒、みりん、洋風だし、食塩		
20 (水)		そばろどん マカロニサラダ なめこのみそ汁 りんご	粉ふき芋	フルーツ寒天	豚ひき肉、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ	米、マカロニ、砂糖、きび砂糖	りんご濃縮果汁、りんご、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、なめこ、こねぎ、きゅうり、オレンジ、粉かんでん、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、料理酒、食塩		
21 (木)	降誕会	御飯 魚の煮物 れんごんのきんぴら 大根の煮物	豆乳スープ	青のりおにぎり	たい、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)	米、パン粉、きび砂糖、油、小麦粉	れんこん、だいこん、にんじん、なす、きゅうり、こねぎ、焼きのり、ごま	煮干だし汁、ケチャップ、酢、濃口しょうゆ、食塩、みりん		
22 (金)		なすのミートスパゲティ ポテトサラダ 小松菜スープ オレンジ	バナナ	かぼちゃの煮物	豚ひき肉、牛ひき肉、うす揚げ	マカロニ・スパゲティ、じゃがいも、小麦粉、きび砂糖	オレンジ、たまねぎ、にんじん、なす、こまつな、ピーマン、はくさい、たけのこ、きゅうり、パセリ、干しいたけ	ケチャップ、濃口しょうゆ、洋風だし、食塩、ドライイースト		
25 (月)		御飯 ヤンニョムチキン 小松菜の白和え 切り干し大根の煮物	りんご	じゃがいも煮物	鶏もも肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、みそ(無添加)、うす揚げ	米、小麦粉、きび砂糖、油、砂糖	たまねぎ、にんじん、ピーマン、はくさい、トマト、こまつな、切り干しだいこん、しめじ、いんげん、ごま、えのきたけ	かつおだし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、みりん、食塩		
26 (火)		御飯 照焼つくね ひじきの納豆和え かぼちゃサラダ	さつまいも煮物	バナナ	牛ひき肉、納豆、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	米、きび砂糖	バナナ、かぼちゃ、たまねぎ、ひじき、えのきたけ、にんじん、こねぎ、きゅうり、カットわかめ	煮干だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩		
27 (水)		御飯 鶏肉の照焼 パスタのケチャップソース もやしのナムル	りんご	かぼちゃの煮物	鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、豚肉(もも)、きな粉、うす揚げ	米、強力粉、スパゲティ、さつまいも、きび砂糖	もやし、はくさい、こまつな、たまねぎ、ごぼう、こねぎ、ピーマン	かつおだし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、みりん、ドライイースト、食塩		
28 (木)		混ぜご飯 白身魚の煮物 小松菜のおかか和え キャベツの和え物	バナナ	さつまいも煮物	たい、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ、花かつお節	さつまいも、米、きび砂糖、小麦粉、パン粉	キャベツ、こまつな、にんじん、なす、ごぼう、こねぎ、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、本みりん		
29 (金)		御飯 鶏肉の煮物 きゅうりとわかめの甘酢和え かぼちゃの煮物	豆乳スープ	お誕生日ケーキ	鶏もも肉	米、小麦粉、油、きび砂糖、片栗粉、干しそうめん、砂糖	たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり、こねぎ、いちご、いんげん、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、本みりん、米酢、みりん、料理酒、食塩		

※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。