

献立表

ひよこ組・うさぎ組・りす組

献立作成者 植

日 ／ 曜	行事	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				
			10時おやつ 3時おやつ	ストロング	パワー	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 タンドリーチキン 青のりポテト 小松菜スープ	バナナ こいのぼりサブレ	鶏もも肉(皮付き)、 卵、いんげんまめ(ゆで)	米、じゃがいも、小麦粉、無塩バター、砂糖、マヨネーズ、七福米、押麦	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)		御飯 大根おろしハンバーグ パスタサラダ ひじきの煮物 わかめとたまねぎのすまし汁	いりこ ドーナッツ	牛ひき肉、牛乳、豚ひき肉、卵、うす揚げ	米、小麦粉、きび砂糖、スパゲティ、パン粉、七福米、押麦、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、ごま、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 ごぼうときゅうりのマヨネーズ和え キャベツのみそ汁 オレンジ	りんご おはぎ	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、マヨネーズ、油	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、にんにく、しょうが	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	ヨーグルト ひじきおにぎり	鶏むね肉、生揚げ、淡色みそ	米、七福米、押麦、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、カレールウ
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 ラスク	牛肉(もも)、ツナ水煮缶	七福米、食パン、無塩バター、きび砂糖、ごまドレッシング	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	ハヤシルウ、ケチャップ、洋風だし、食塩
13 (水)		グリーンピース御飯 ししゃもフライ れんこんのサラダ 野菜炒め	粉ふき芋 わらび餅	ししゃも、卵、きな粉	米、わらび餅粉、油、小麦粉、マヨネーズ、きび砂糖、七福米、押麦、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
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 ヨーグルトムース	ヨーグルト(無糖)、牛乳、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、砂糖	オレンジ、かぼちゃ、ほうれんそう、たまねぎ、ブルーベリー、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 餃子 豆腐のサラダ にんじんシシリ	いりこ クッキー	豚ひき肉、木綿豆腐、卵、ツナ水煮缶、みそ(無添加)	米、小麦粉、きび砂糖、無塩バター、油、七福米、押麦、ぎょうざの皮、ごま油	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 サバのかば焼き はるさめサラダ 白菜納豆	りんご いなり寿司	さば、納豆、うす揚げ、木綿豆腐、淡色みそ	米、きび砂糖、はるさめ、七福米、押麦、小麦粉、砂糖	はくさい、にんじん、えのきたけ、きゅうり、しょうが、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 ♥甘酢マヨチキン きゅうりとわかめのサラダ ピーマン	ヨーグルト バナナバウンドケーキ	鶏むね肉、卵、ツナ水煮缶	米、小麦粉、砂糖、ピーマン、バター、片栗粉、七福米、押麦、マヨネーズ、油、きび砂糖、ごま油	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)		三色そばろ井 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、卵、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ	米、マカロニ、砂糖、マヨネーズ、きび砂糖、ごま油	りんご濃縮果汁、りんご、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、パイナップル、なめこ、こねぎ、きゅうり、オレンジ、粉かんでん、しょうが、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 えびフライ れんこんのきんぴら ツナ大根	豆乳スープ 海苔巻き	むきえび、卵、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ水煮缶	米、パン粉、きび砂糖、油、小麦粉、七福米、押麦、フレンチドレッシング	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、うめ干し、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 肉まん	豚ひき肉、牛ひき肉、牛乳、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、マヨネーズ、油、砂糖、ごま油	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	ヨーグルト ピザ	鶏もも肉、木綿豆腐、チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、みそ(無添加)、うす揚げ	米、小麦粉、七福米、押麦、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 照りマヨつくね ひじきの納豆和え かぼちゃサラダ	いりこ バナナ餃子	牛ひき肉、納豆、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、卵	米、ぎょうざの皮、マヨネーズ、七福米、押麦、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 ♥きな粉パン	鶏もも肉、牛乳、米みそ(淡色辛みそ)、豚肉(もも)、きな粉、うす揚げ、脱脂粉乳	米、強力粉、スパゲティ、さつまいも、きび砂糖、七福米、押麦、無塩バター、ごま油	もやし、はくさい、こまつな、糸こんにゃく、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
28 (木)		混ぜご飯 カレイのフライ 小松菜のおかか和え ツナキャベツ	バナナ スイートポテト	かれい、牛乳、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ水煮缶、卵、卵(黄)、うす揚げ、花か	さつまいも、米、砂糖、七福米、押麦、フレンチドレッシング、無塩バター、きび砂糖、油、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 鶏のから揚げ 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、牛乳、卵(黄)、生クリーム、ツナ水煮缶	米、小麦粉、油、きび砂糖、片栗粉、七福米、押麦、干しとうめん、無塩バター、砂糖	たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり、こねぎ、いちご、いんげん、しょうが、にんにく、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、

※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。