

日	曜	未満児おやつ	行事	副食	体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)	おやつ
1	木	牛乳 クッキー		筑前煮 きゅうりのごま酢和え 果物	鶏肉・牛乳・カニ棒 天平	コンニャク・砂糖 いりごま	蓮根・人参・ゴボウ・いんげん きゅうり・キャベツ・里芋・梨 干し椎茸・みかん缶	牛乳 牛乳寒天
2	金	牛乳 ビスケット	英語教室	ささ身チーズカツ 千切りキャベツ 蓮根金平 玉ねぎのみそ汁	ささ身・チーズ・牛乳 卵・いりこ・味噌・豆腐	小麦粉・パン粉・黒砂糖 マヨネーズ・油揚げ 白玉粉・コンニャク・油	キャベツ・人参・玉ねぎ・えのき 小ねぎ・蓮根	牛乳 あべかわ
3	土	牛乳 ウエハース		焼きそば 海藻サラダ	豚肉・牛乳 魚肉ソーセージ	焼きそば麺 クラッカー	キャベツ・きゅうり・人参・もやし ピーマン・ワカメ・トマト	牛乳 棒ウインナー クラッカー
5	月	牛乳 せんべい		高野豆腐のココロ煮 マカロニサラダ	鶏肉・卵・牛乳 天平・高野豆腐 ロースハム・チーズ	じゃがいも・小麦粉 マヨネーズ・バター 砂糖	玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり いんげん・レーズン	牛乳 手作り マドレーヌ
6	火	牛乳 果物	体操教室	魚のマヨネーズ焼き 小松菜のごま和え ナスのみそ汁	魚・牛乳・粉チーズ いりこ・味噌	油揚げ・マヨネーズ 砂糖・いりごま	きゅうり・キャベツ・もやし 小松菜・人参・玉ねぎ・小ねぎ なす・金時豆	牛乳 煮豆
7	水	牛乳 丸ボーロ	行事打合せ	麻婆豆腐 ミモザサラダ 一口ゼリー	豚挽肉・牛挽肉・豆腐 赤味噌・卵・牛乳 ちりめんじゃこ・チーズ	ミックス粉・ごま油	玉ねぎ・人参・なす・干し椎茸 ニラ・きゅうり・キャベツ・トマト ワカメ・南瓜	牛乳 南瓜とチーズの 蒸しパン
8	木	牛乳 黒棒		クリームシチュー 厚揚げとしめじの含め煮	鶏肉・牛乳 卵・スキムミルク 絹厚揚げ	じゃがいも・薄力粉 マーガリン・マヨネーズ 食パン・バター	玉ねぎ・人参・コーン缶・いんげん しめじ	牛乳 卵サンド
9	金	牛乳 クッキー	英語教室	和風ハンバーグ ジャーマンポテトと小松菜とあ げの煮びたし 玉ねぎのスープ	牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・卵・豆腐 ベーコン	じゃがいも・パン粉 白玉粉・小麦粉・砂糖 油揚げ	玉ねぎ・人参・エノキ・南瓜 キャベツ・いんげん・白菜・ワカメ 小松菜・大根	牛乳 お月見団子
10	土	牛乳 ビスケット		サラダうどん 果物	豚肩ロース肉・牛乳 卵	冷凍うどん麺 ミックス粉	レタス・もやし・トマト・ワカメ バナナ・イチゴジャム	牛乳 カステラ
12	月	牛乳 クラッカー		南瓜のそぼろあんかけ スパゲッティサラダ 果物	牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・かまぼこ・ツナ缶 魚肉ソーセージ・卵	スパゲティ麺 小麦粉・ミックス粉 マヨネーズ	南瓜・玉ねぎ・ピーマン・人参 きゅうり・干し椎茸・キャベツ 梨	牛乳 ソーセージ ドック
13	火	牛乳 せんべい	体操教室	鮭のムニエル パプリカのソテー・人参グラッセ 南瓜のみそ汁	鮭・牛乳 いりこ・味噌	小麦粉・油揚げ バター・砂糖・マシュマロ フルグラ・コーンフレーク	パプリカ・ピーマン・玉ねぎ 人参・小ねぎ・南瓜	牛乳 マシュマロ バー
14	水	牛乳 ウエハース		タイピーエン 切干大根の炒め煮	豚肉・卵・ヨーグルト 牛乳・ちりめんじゃこ	春雨・砂糖 南関揚げ	キャベツ・玉ねぎ・人参・きくらげ ゆで干し大根・干し椎茸 バナナ・みかん缶・桃缶	麦茶 フルーツ ヨーグルト
15	木	牛乳 果物	移動図書 消毒	ウインナーのキッシュ かみかみサラダ コンソメスープ	ウインナー・卵・チーズ 牛乳・生クリーム さきいか	いりごま・ごま油 片栗粉・あんぱん	人参・ピーマン・エリンギ・大根 玉ねぎ・エノキ・刻み昆布	牛乳 ミニあんぱん
16	金	牛乳 ビスケット	英語教室	鶏肉のから揚げ マロニーの酢の物 そうめん汁	鶏肉・卵・牛乳 いりこ・味噌	マロニー・小麦粉 片栗粉・砂糖・油 油揚げ・バター・素麺	きゅうり・人参・キャベツ・りんご レーズン・玉ねぎ・小ねぎ バナナ	牛乳 バナナケーキ
17	土	牛乳 チーズ		肉じゃが トマトの酢の物	豚肉・牛乳 しらす干し	糸こんにゃく・砂糖 じゃがいも・カステラ	人参・玉ねぎ・いんげん トマト・きゅうり・ワカメ	牛乳 ホットケーキ
20	火	牛乳 クッキー	体操教室	魚のホイル焼き 南瓜の甘煮 ごぼうスープ	魚・牛乳 きな粉	マヨネーズ 片栗粉・黒砂糖	玉ねぎ・えのき・人参・ピーマン エリンギ・南瓜・キャベツ・もやし ごぼう・ニラ	牛乳 黒糖わらび餅
21	水	牛乳 せんべい	避難訓練	大豆とひじきの炒め煮 野菜のツナ和え 果物	豚肉・牛乳・大豆 天平・ちりめんじゃこ チーズ・ツナ缶	米・南関あげ・砂糖 コンニャク・砂糖	人参・玉ねぎ・ひじき・切干大根 きゅうり・キャベツ・小松菜 バナナ	麦茶 おにぎり
22	木	牛乳 丸ボーロ		レンコンコロッケ 付け合わせ 小松菜の味噌汁	鶏ひき肉・牛乳・卵 いりこ・味噌 絹厚揚げ	もち米・小麦粉・砂糖 パン粉・マヨネーズ	蓮根・玉ねぎ・小松菜・人参 小ねぎ・キャベツ・きゅうり トマト	牛乳 手作りおはぎ
24	土	牛乳 ビスケット		スパゲティナポリタン きゅうりの即席漬け	ベーコン・牛乳 粉チーズ	スパゲティ麺・砂糖	玉ねぎ・人参・なす・ピーマン トマト缶・きゅうり・バナナ	牛乳 果物 せんべい
26	月	牛乳 クラッカー	検便	栄養金平 かぼちゃサラダ 納豆	豚肉・牛乳・納豆 スキムミルク・チーズ 天平	砂糖・黒砂糖 マヨネーズ・コンニャク 強力粉	ごぼう・蓮根・人参・ゆで干し大根 いんげん・南瓜・きゅうり・レーズン	牛乳 黒糖 蒸しパン
27	火	牛乳 クッキー	体操教室	豚肉の生姜焼き 野菜炒め もずく汁	豚肉・牛乳・豆腐 いりこ・味噌・チーズ	春雨・片栗粉 じゃがいも・油揚げ マーガリン	人参・玉ねぎ・キャベツ・小ねぎ ピーマン・ニラ・小松菜・エノキ もずく	牛乳 じゃがいも もち
28	水	牛乳 せんべい	誕生会	赤飯 ひろうす 煮しめ すり身汁 果物	すり身・牛乳 卵・絞豆腐	もち米・小麦粉・砂糖 コンニャク	人参・きくらげ・ゴボウ・刻み昆布 レンコン・南瓜・玉ねぎ・エノキ 小豆・小ねぎ・みかん	牛乳 手作り ロールケーキ
29	木	牛乳 ビスケット	運動会リハーサル①	ビーフ野菜カレー フレンチサラダ ヤクルト	牛肉・スキムミルク 牛乳	じゃがいも・砂糖 オリーブオイル	玉ねぎ・人参・なす・キャベツ きゅうり・コーン缶・りんご・南瓜 トマト・桃缶・みかん缶	牛乳 フルーツ ゼリー
30	金	牛乳 果物	英語教室 主任会議	白身魚の青のりフライ きゅうりのごま和え かきたま汁	魚・牛乳・卵ベーコン チーズ	小麦粉・パン粉 食パン・いりごま	キャベツ・きゅうり・人参・もやし 小松菜・ワカメ	牛乳 ピザトースト

19日(月)敬老の日



23日(金)秋分の日

*物資購入の等の都合により変更になる場合があります。