

日	曜	未満児おやつ	行事	副食	体をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)	おやつ	
1	月	牛乳 クッキー		ポークカレー フレンチサラダ 果物	豚肉・牛乳 スキムミルク	じゃがいも・砂糖 オリーブオイル ミックス粉	牛乳 ココア 蒸しパン	
2	火	牛乳 せんべい		栄養さんぴら パンサンデー	牛乳・卵・天平 牛肉・ささ身	砂糖・コンニャク 春雨・ごま油・柏餅	牛乳 かしわ餅	
6	土	牛乳 黒棒	英語教室	スパゲッティナポリタン トマトのサラダ	ウインナー・牛乳 粉チーズ	スパゲティ麺・砂糖	牛乳 カステラ	
8	月	牛乳 ウエハース		チーズ入りミートローフ キャベツとロースハムのごまサラダ 小松菜の味噌汁	豚ひき肉・牛ひき肉 牛乳・卵・いりこ・味噌 絹厚揚げ・ロースハム	パン粉・砂糖 いりごま・マヨネーズ 薄力粉・バター	牛乳 手作り マドレーヌ	
9	火	牛乳 ビスケット	体操教室	大豆とひじきの炒め煮 野菜のおかか和え	大豆・牛乳・天平 豚肉・生クリーム	南関東揚げ・コンニャク 砂糖	牛乳 にんじんゼリー	
10	水	牛乳 クラッカー		魚の南蛮漬け こぶきいものサラダ コンソメスープ	魚・卵・牛乳 スキムミルク	じゃがいも・マヨネーズ 片栗粉・強力粉・黒砂糖 薄力粉・油	牛乳 黒糖 蒸しパン	
11	木	牛乳 せんべい		タイピーエン 切干大根の煮物 果物	豚肉・牛乳・卵 豆腐・ちりめんじゃこ きな粉	春雨・南関東揚げ 白玉粉・片栗粉・砂糖 ごま油	牛乳 きな粉団子	
12	金	牛乳 クッキー	英語教室	鶏手羽元とごぼうのさっぱり煮 スパゲッティサラダ	鶏手羽元・牛乳 卵・ツナ缶	スパゲッティ麺 コンニャク・マヨネーズ サンド用食パン	牛乳 パインの ボンファム	
13	土	牛乳 丸ポーロ		焼きそば きゅうりの即席漬け	豚肉・牛乳・卵	焼きそば麺 ミックス粉・砂糖	牛乳 ホットケーキ	
15	月	牛乳 クラッカー		麻婆豆腐 トマトときゅうりのツナサラダ 果物	豚挽肉・牛挽肉・豆腐 赤味噌・卵・牛乳 ツナ缶	マカロニ・薄力粉・片栗粉 マヨネーズ・ごま油	牛乳 お好み焼き	
16	火	牛乳 せんべい	体操教室	八宝菜 ひじきの炒め煮	牛乳・豚肉・卵 すり身・プロセスチーズ	片栗粉・ごま油・砂糖 じゃがいも・マーガリン コンニャク・南関東揚げ	牛乳 じゃがいも もち	
17	水	牛乳 ビスケット		旨煮 もやしのナムル 納豆	鶏肉・牛乳・竹輪 納豆・卵・天平	薄力粉・砂糖 コンニャク	牛乳 バナナケーキ	
18	木	牛乳 ウエハース	移動図書 消毒	魚の西京焼き きゅうりのごま酢和え 新玉ねぎのみそ汁	魚・牛乳・米味噌 カニかまいりこ・味噌	いりごま・砂糖 じゃがいも・油揚げ ミニあんぱん	牛乳 ミニあんぱん	
19	金	牛乳 クッキー	英語教室	ささみカツ 付け合わせ 野菜スープ	ささ身・卵・牛乳 ベーコン・チーズ ちりめんじゃこ	米・小麦粉・パン粉 マヨネーズ・油	麦茶 おにぎり	
20	土	牛乳 果物		煮込みうどん 海草サラダ	鶏肉・牛乳 ヨーグルト	冷凍うどん麺・油あげ クラッカー	牛乳 ヨーグルト クラッカー	
22	月	牛乳 せんべい		高野豆腐のココロ煮 キャベツのピーナッツ和え	高野豆腐・牛乳 鶏肉・天平 バターピーナッツ	じゃがいも・黒砂糖	牛乳 フルーツ ゼリー	
23	火	牛乳 ビスケット	体操教室	野菜の味噌炒め ミモザサラダ 一口ゼリー	豚肉・牛乳・味噌 ちりめんじゃこ・卵	マヨネーズ	牛乳 煮豆	
24	水	牛乳 クッキー	誕生会	ドライカレー・ナゲット 付け合わせ 野菜スープ 果物	牛ひき肉・豚ひき肉 卵・牛乳・ナゲット バター	米・マヨネーズ 小麦粉・砂糖・油	牛乳 カスタード ケーキ	
25	木	牛乳 果物		鶏肉のホイル焼き かぼちゃの甘煮 豆腐のみそ汁	鶏肉・牛乳 豆腐・いりこ・味噌 卵・プロセスチーズ	マヨネーズ・砂糖 白玉粉・ミックス粉 黒ごま	牛乳 もちもち チーズパン	
26	金	牛乳 クラッカー	お見知り遠足	コンソメスープ(未満児のみ)	牛乳・卵・バター	小麦粉・砂糖	牛乳 手作り クッキー	
27	土	牛乳 カステラ		炒めビーフン ドレッシングサラダ	豚肉・牛乳	ビーフン・カステラ	牛乳 果物 せんべい	
29	月	牛乳 ビスケット		クリームシチュー 厚揚げとしめじの含め煮 果物	鶏肉・バター 牛乳・絹厚揚げ 豆腐	じゃがいも・白玉粉 砂糖・小麦粉	牛乳 冷やしぜんざい	
30	火	牛乳 ウエハース		炒り豆腐 ポテトサラダ	鶏小間切・牛乳 豆腐・かまぼこ プロセスチーズ	砂糖・サンド用食パン じゃがいも	牛乳 ジャムサンド	
31	水	牛乳 せんべい		魚のマヨネーズ焼き 野菜のごま和え かきたま汁	魚・牛乳・卵 粉チーズ・きな粉	マヨネーズ・いりごま 練りごま・砂糖・片栗粉	麦茶 牛乳もち	