

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	
2	月	牛乳 せんべい		栄養オムレツ キャベツとロースハムのごまサラダ 豆腐のみそ汁	ウインナー・牛乳・卵 豆腐・味噌・いりこ	マヨネーズ・小麦粉 いりごま・砂糖・油揚げ	玉ねぎ・人参・ほうれん草 エリンギ・キャベツ・エノキ・小ねぎ	牛乳 手作り 丸ボーロ	
3	火	牛乳 クラッカー	体操教室	うぎうぎ肉じゃが マカロニサラダ	豚肉・牛乳・天平	じゃがいも・砂糖 糸こんにゃく・マカロニ マヨネーズ・ミックス粉	人参・玉ねぎ・いんげん キャベツ・きゅうり・レーズン	牛乳 ココア蒸しパン	
4	水	牛乳 クッキー	リハーサル① 行事打ち合せ	麻婆豆腐 野菜のおかか和え 果物	豚挽肉・牛挽肉・豆腐 赤味噌・牛乳 チーズ	砂糖・ごま油 じゃがいも・片栗粉 マーガリン	人参・玉ねぎ・なす・ニラ キャベツ・きゅうり・もやし 干し椎茸・小松菜・バナナ	牛乳 じゃがいもち	
5	木	牛乳 ビスケット		焼きビーフン 切り干し大根の炒め煮	豚肉・牛乳・チーズ ちりめんじゃこ・おから 卵	ビーフン・南関揚げ ミックス粉・黒ごま	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン きくらげ・干し椎茸・切干大根 レーズン	牛乳 おからドーナツ	
6	金	牛乳 果物	英語教室	魚の南蛮漬け 付け合わせ コンソメスープ	魚・卵・牛乳	じゃがいも・マヨネーズ グラニュー糖・バター 油・サンド用食パン	人参・玉ねぎ・ピーマン・トマト きゅうり・キャベツ・エノキ	牛乳 パインの ボンファム	
7	土	牛乳 チーズ		親子丼 トマトサラダ	鶏肉・牛乳・卵	カステラ・砂糖	玉ねぎ・人参・小松菜・きゅうり トマト・ワカメ	牛乳 カステラ	
10	火	牛乳 クラッカー	体操教室	松風焼き ブロッコリーとじゃこのサラダ のっぺい汁	鶏ひき肉・味噌 牛乳・ちりめんじゃこ プロセスチーズ	パン粉・いりごま マヨネーズ・ミックス粉 里芋・コンニャク	ねぎ・玉ねぎ・生姜・ブロッコリー 太秋柿・人参・大根・ゴボウ 干し椎茸	牛乳 手作り スコーン	
11	水	牛乳 せんべい		タイピーエン ひじき炒め 果物	豚肉・卵・牛乳 卵	春雨・南関揚げ 片栗粉・ごま油 コンニャク	白菜・玉ねぎ・人参・きくらげ ゆで干し大根・ひじき・バナナ	麦茶 牛乳もち	
12	木	牛乳 クッキー	リハーサル②	ポークカレー フレンチサラダ	豚肉・スキムミルク 牛乳	じゃがいも・砂糖 オリーブオイル ミックス粉・小麦粉	玉ねぎ・人参・なす・トマト キャベツ・きゅうり・レーズン 小豆	牛乳 手作り どらやき	
13	金	牛乳 丸ボーロ		魚のタルタルソースかけ 付け合わせ ごぼうスープ	魚・牛乳・ヨーグルト 卵	薄力粉・パン粉・油 バター・マシュマロ フルグラ・コーンフレーク	玉ねぎ・人参・キャベツ・トマト きゅうり・キャベツ・もやし ごぼう・白菜・ニラ	牛乳 マシュマロ パー	
14	土			 運動会 				おみやげ (菓子)	
16	月	牛乳 ウエハース		豚汁 れんこんのきんぴら 納豆	豚肉・牛乳・絹厚揚げ 味噌・納豆・卵	里芋・砂糖 コンニャク・小麦粉 バター	ごぼう・人参・白菜・大根 レンコン・ねぎ・りんご	牛乳 手作り りんごケーキ	
17	火	牛乳 果物		豚肉の生姜焼き 野菜炒め ワカメのみそ汁	豚肉・牛乳・豆腐 牛乳・味噌	春雨・片栗粉・油 さつまいも・いりごま	玉ねぎ・人参・キャベツ・ニラ ピーマン・小松菜・生姜・エノキ ワカメ・小ねぎ	牛乳 ミックス かりんとう	
18	水	牛乳 クッキー		栄養きんぴら 野菜のピーナッツ和え	牛乳・豚肉 天平・プロセスチーズ	コンニャク・砂糖 白玉粉・ミックス粉 黒ごま	人参・ごぼう・切干大根 いんげん・キャベツ・もやし 小松菜・蓮根・ピーナッツ	牛乳 もちもち チーズパン	
19	木	牛乳 せんべい	サンドイッチパーティ 消毒 移動図書	セルフサンドイッチ 南瓜スープ 果物	ロースハム・牛乳 卵・生クリーム	米・マヨネーズ サンド用食パン	レタス・きゅうり・玉ねぎ・人参 イチゴジャム・南瓜・りんご	麦茶 おにぎり	
20	金	牛乳 ビスケット	英語教室	魚のマヨネーズ焼き 野菜のごま和え 小松菜のみそ汁	魚・牛乳・粉チーズ いりこ・味噌 絹厚揚げ	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 オレンジジュース	牛乳 人参ゼリー	
21	土	牛乳 クラッカー		団子汁 きゅうりの即席漬け	鶏肉・牛乳・天平	薄力粉・里芋 ミックス粉・ごま油	人参・玉ねぎ・きゅうり・大根 ゴボウ・白菜・干し椎茸・ねぎ	牛乳 ホットケーキ	
23	月	牛乳 黒棒		夏野菜の味噌炒め ココロサラダ 手作りふりかけ	豚肉・いりこ・牛乳 プロセスチーズ 豆腐	マヨネーズ・じゃがいも 小麦粉・白玉粉 黒砂糖・いりごま	キャベツ・きゅうり・ピーマン 玉ねぎ・人参・なす・レーズン りんご	牛乳 みたらし だんご	
24	火	牛乳 せんべい		クリームシチュー 厚揚げとしめじの含め煮	鶏肉・牛乳 スキムミルク 絹厚揚げ	じゃがいも・小麦粉 バター	玉ねぎ・人参・コーン缶・いんげん しめじ・ブロッコリー・金時豆	牛乳 煮豆	
25	水	牛乳 クッキー	誕生会 検便	炊き込みご飯 スコッチエッグ 付け合わせ すまし汁 果物	牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・卵・すり身	米・小麦粉・パン粉 生麩・油あげ マヨネーズ	しめじ・えのき・人参・玉ねぎ レタス・トマト・きゅうり・みつ葉 みかん	牛乳 お誕生日 ケーキ	
26	木	牛乳 ウエハース		ポークビーンズ 野菜のツナ和え	豚肉・大豆・牛乳 ツナ缶・ヨーグルト	じゃがいも・片栗粉	キャベツ・人参・玉ねぎ・しめじ トマト缶・きゅうり・キャベツ 小松菜	麦茶 もみじ ヨーグルト	
27	金	牛乳 ビスケット	英語教室 クラス参観(赤・桃組)	魚の西京焼き きゅうりのごま酢和え かきたま汁	魚・牛乳・米味噌 カニかま・卵 明太子	いりごま・砂糖 片栗粉・マヨネーズ 食パン・マーガリン	きゅうり・人参・キャベツ 玉ねぎ・エノキ・小ねぎ	牛乳 明太・シュガー トースト	
28	土	牛乳 丸ボーロ		スパゲッティナポリタン ドレッシングサラダ	ウインナー・牛乳 粉チーズ	スパゲティ麺 ごまドレッシング	玉ねぎ・人参・なす・しめじ トマト缶・きゅうり・キャベツ レタス・コーン缶・バナナ	牛乳 果物 せんべい	
30	月	牛乳 クッキー		炒り豆腐 海藻サラダ レバー甘煮	鶏肉・牛乳・豆腐 かまぼこ・鶏レバー	さつまいも・砂糖	キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参 小ねぎ・干し椎茸・ワカメ きゅうり	牛乳 ふかし芋	
31	火	牛乳 せんべい	体操教室 主任会議	南瓜のコロッケ 付け合わせ 玉ねぎのみそ汁	卵・チーズ・牛乳 豆腐・味噌・いりこ 粉チーズ	マヨネーズ・小麦粉 パン粉・油・バター 油揚げ・グラニュー糖	南瓜・キャベツ・トマト・きゅうり 人参・玉ねぎ・大根・小ねぎ	牛乳 ハロウィン クッキー	