

日	曜	昼食	材料	おやつ	材料	日	曜	昼食	材料	おやつ	材料
18	月	御飯 ★タンドリーチキン(インド) ★オリピエサラダ(ロシア) ブロッコリーソテー	米/鶏肉、ヨーグルト、ケチャップ/ じゃがいも、きゅうり、コーン缶、赤 ピーマン、ハム、マヨネーズ/ブロッ コリー、コーン缶/キャベツ、にんじ ん、しいたけ、コンソメ	鮭こんぶおにぎり ウインナーソテー	米、鮭/ウインナー	11	月	御飯 みそ汁 鶏の治部煮 かぶのそぼろあん ほうれん草白和え	米/鶏肉、生姜、にんじん、ブ ロccoli/かぶ、鶏ひき肉/ほう れん草、にんじん、豆腐/油揚 げ、キャベツ、たまねぎ	★スコーン(イギリス) 果物 牛乳	小麦粉、卵/果物/ 牛乳
5	火	御飯 ★シウマイ(中国) 根菜とさつま揚げの煮物 ★ナムル(韓国)	米/豚ひき肉、キャベツ、たまね ぎ、しゅうまいの皮/さつま揚 げ、大根、にんじん、いんげん/ 白菜、もやし、塩昆布/たまね ぎ、キャベツ、しいたけ、油揚げ	豆腐ナゲット チーズ	鶏ひき肉、豆腐、生 姜、マヨネーズ/チーズ	12	火	キャロットライス ★ミートローフ(アメリカ) マカロニきのこソテー ★ラトウイユ(フランス)	米、にんじん/豚ひき肉、たまねぎ、パン 粉、卵、にんじん、いんげん、コーン缶、 ケチャップ、ソース/マカロニ、しいたけ、え のき茸、しめじ、万能ねぎ/たまねぎ、黄 ピーマン、なす、ウインナー、トマト缶、ケ チャップ、ソース/	どらやき 果物 牛乳	ホットケーキ粉、卵、 小豆/果物/牛乳
6	水	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き ひじきの煮物 いんげんごまあえ	米/鮭、にんじん、しめじ、キャ ベツ、たまねぎ、/ひじき、にんじ ん、油あげ、こんにゃく/いんげ ん/大根、白菜、万能ねぎ	パングラタン	ロールパン、ツナ缶、 たまねぎ、小麦粉、 生クリーム、牛乳、 チーズ	13	水	御飯 ★魚のフリッター(イギリス) 春雨ソテー 切干大根サラダ	米/カレイ、天ぷら粉、卵/春 雨、豚肉、にんじん、小松菜/ 切干大根、きゅうり、にんじん、 ツナ缶/たまねぎ、じゃがいも、 はくさい	フルーツゼリー さつまスティック(幼児) ビスケット(乳児)	りんごジュース、粉寒 天、みかん缶/さつま いも/ビスケット
7	木	御飯 ★コーンチャウダー ★トルティージャ(スペイン) ★チリコンカン(アメリカ) きゅうり和え	米/卵、じゃがいも、たまねぎ、に んじん、ベーコン/大豆、たまね ぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき 肉、トマト缶、コンソメ、ケチャップ /きゅうり/鶏肉、じゃがいも、たま ねぎ、コーン缶、コンソメ	★マラサダーナツ(アメリカ) 果物 牛乳	ホットケーキ粉、卵/ 果物/牛乳	14	木	きのご御飯 厚揚げのそぼろあん ハム和え 人參ツナ煮	米、油揚げ、にんじん、しいたけ、 いんげん、しめじ/生揚げ、豚ひき 肉、たまねぎ、万能ねぎ、生姜/ キャベツ、小松菜、ハム/にんじ ん、ツナ缶/たまねぎ、はくさい、わ かめ	ピザトースト 小魚	食パン、ベーコン、 ピーマン、たまねぎ、ケ チャップ、ピザ用 チーズ/小魚
1	金	☆15日 七五三会食☆ お赤飯 魚の塩釜焼き(幼児) 青菜のお浸し 魚のムニエル(乳児) 人参甘煮 さつまいものかきあげ すまし汁	米、もち米、ささげ/すずき、卵 /カレイ/さつまいも、たまねぎ、 ウインナー、天ぷら粉/ほうれん 草/にんじん/ねぎ、大根、焼き 麩、しいたけ	手作りりんごジャムサンド 牛乳	食パン、りんご/牛乳	8	金	御飯 豚の生姜焼き 五目豆 しらす和え	米、豚肉、たまねぎ、生姜/大 豆、にんじん、だいこん、さつま 揚げ、こんにゃく/ほうれん草、し らす干し/キャベツ、しめじ、豆 腐、油揚げ	ミートソーススパゲティ	スパゲティ、豚ひき 肉、たまねぎ、ケ チャップ、中濃ソース
29	土	1日 カレーライス 29日 豚丼	米、豚肉、にんじん、たまねぎ、かほ ちや、いんげん、ケチャップ、カレールウ/ 米、豚肉、たまねぎ、生姜	15日 たまごサンド	食パン、卵、マヨネ ーズ/牛乳	22	土	きのこうどん 和風オムレツ 大根土佐煮 茹でキャベツ	うどん、しめじ、えのき茸、しいた け、万能ねぎ/卵、しらす干し、 万能ねぎ/大根、にんじん/キャ ベツ	豆乳クッキー チーズ	豆乳クッキー/チーズ
2	土	かきたまうどん 焼肉 青菜ソテー 粉ふき芋	うどん、卵、えのきたけ、ねぎ/ 豚肉、たまねぎ、にんじん、ピー マン、生姜/ほうれん草、ベーコ ン/じゃがいも	ウエハース ヨーグルト	ウエハース/ヨーグルト	9	土	きのこうどん 和風オムレツ 大根土佐煮 茹でキャベツ	うどん、しめじ、えのき茸、しいた け、万能ねぎ/卵、しらす干し、 万能ねぎ/大根、にんじん/キャ ベツ	豆乳クッキー チーズ	豆乳クッキー/チーズ
16	日					30	日				

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。