

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
18 ／ 木	ちゃんぽん おかずじゃこ おれんじ はくまい	中華めん(ゆで)／とう もろこし(冷凍)／サ ラダ油／きび砂糖／水 稲穀粒(精白米)／★プ レミックス粉(ホットキ 用)	豚ロース(脂身付き)／ ★天ぷら／むきえび／ ★蒸しかまぼこ／いり こ(小)／牛乳／★魚肉 ソーセージ／卵	人参／玉葱／さやえん どう／キャベツ／もや し／バレンシアオレ ンジ	ぎゅうにゅう くるくるそーせーじ
20 ／ 土	ひーふん わかめすーぷ ばなな はくまい	ビーフン／サラダ油／ 水稲穀粒(精白米)	豚ロース(脂身付き)／ ★蒸しかまぼこ／牛乳	人参／玉葱／青ピーマ ン／キャベツ／干し椎 茸／バナナ	ぎゅうにゅう ぷりっつ
22 ／ 月	きんぴら あつあげのみそに えだまめこーん かぼちゃすーぷ はくまい	ごま(いり)／すりごま ／板こんにやく／きび砂 糖／サラダ油／水稲穀粒 (精白米)／薄力粉(2 等)／★プレミックス粉 (ホットキ用)／有塩バター ／グラニュー糖	生揚げ／米みそ(甘み そ)／牛乳／スキムミ ルク／卵	ごぼう／人参／さやい んげん／だいこん／ コーン缶／むき枝豆／ 日本かぼちゃ	みるく どーなっ(てづくり)
23 ／ 火	だいずはんぱーぐ あげさらだ とうふじる はくまい	パン粉(乾燥)／じゃがい も／とうもろこし缶詰 (ホル)／サラダ油／マヨ ネーズ(卵黄型)／片栗 粉／水稲穀粒(精白米)／ コーンフレーク	豚ひき肉／合ミンチ／ 大豆(国産、ゆで)／卵 ／牛乳／ロースハム／ 絹ごし豆腐／米みそ (甘みそ)	人参／玉葱／きゅうり ／カットわかめ	ぎゅうにゅう こーんふれーく
24 ／ 水	さかなのたつたあげ ばいんときゅうりのすもの ちゅうかすーぷ はくまい	片栗粉／きび砂糖／サ ラダ油／水稲穀粒(精 白米)	まあじ 55g／★かに 風味かまぼこ／牛乳	パインアップル(缶詰) ／人参／きゅうり／ カットわかめ／玉葱／ にら／バレンシアオレ ンジ	ぎゅうにゅう おれんじ
25 ／ 木	まーぼまかろに ゆでたまご こまつなのおひたし こんそめすーぷ はくまい	マカロニ／きび砂糖／サ ラダ油／水稲穀粒 (精白米)	合ミンチ／豚ひき肉／ 米みそ(甘みそ)／焼き 竹輪／卵／油揚げ／牛 乳／フルーツヨーグル ト	人参／玉葱／さやいん げん／こまつな／キャ ベツ／バナナ(本) 大	ぎゅうにゅう ふるーつよーぐると(そふ・ ばなな
26 ／ 金	はんぺんさらだ ひじきに にまめ なめこじる はくまい	とうもろこし缶詰(ホ ル)／マヨネーズ(卵黄 型)／板こんにやく／ きび砂糖／サラダ油／ 水稲穀粒(精白米)／ ロールパン	★はんぺん／卵／★かに風 味かまぼこ／鶏若鶏肉胸(皮 付き)／★天ぷら／大豆(国 産、ゆで)／油揚げ／金時豆 ／米みそ(甘みそ)／スキム ミルク／きな粉(大豆)	ブロッコリー／人参／ ミニトマト／干ひじき (ｽﾌﾟﾘﾝｸﾞ)／さや いんげん／なめこ(ゆ で)／カットわかめ	みるく あげぱん
27 ／ 土	ちくぜんに すましじる おれんじ はくまい	板こんにやく／きび砂 糖／サラダ油／水稲穀 粒(精白米)／★まがり せんべい	鶏若鶏肉胸(皮付き)／ 大豆の水煮／絹ごし豆 腐／牛乳	ごぼう／人参／さやい んげん／たけのこ(ゆ で)／干し椎茸／れん こん／玉葱／カットわ かめ／バレンシアオレ ンジ	ぎゅうにゅう まがりせんべい
30 ／ 火	ひりょうず ぐたくさんすーぷ きゅうりのそくせきづけ はくまい	片栗粉／サラダ油／き び砂糖／ヤングコーン ／水稲穀粒(精白米)	鶏ひき肉／堅豆腐／卵 ／ベーコン／牛乳	ごぼう／人参／さやい んげん／干し椎茸／玉 葱／もやし／キャベツ ／たけのこ(ゆで)／ きゅうり／刻み昆布／ りんご	ぎゅうにゅう りんご
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					

(★印はアレルギー除去対象食品です)