

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	
22 ／ 水	さけのめんたいこそーす やさいのどれっしんぐあえ にまめ きのこじる はくまい	マヨネーズ(卵黄型) ／きび砂糖／水稲穀粒 (精白米)	しろさけ 50g／か らしめんたいこ／金時 豆／米みそ(甘みそ)／ 牛乳／さわやかヨーグ ルト／さきいか	きゅうり／人参／キャ ベツ／だいこん／ミニ トマト／ほんしめじ／ 生しいたけ(菌床栽 培、生)／バナナ(本 大)	ぎゅうにゅう よーぐると(さわやか) ばなな するめ
23 ／ 木	じゃがに ゆでたまご じゃこびーまん とうふじる はくまい	じゃがいも／しらたき ／きび砂糖／サラダ油 ／水稲穀粒(精白米)／ 食パン(市販品)／グ ラニュー糖／有塩パ ター	鶏若鶏肉胸(皮付き)／ 卵／いりこ／絹ごし豆 腐／米みそ(甘みそ)／ 牛乳	人参／さやいんげん／ 玉葱／青ピーマン／ カットわかめ	ぎゅうにゅう ふれんちとーすと
24 ／ 金	てりやきはんぱーぐ やさいのこぶあえ こーんすーぶ はくまい	パン粉(乾燥)／きび砂 糖／水稲穀粒(精白米)	豚ひき肉／合ミンチ/ 卵／牛乳	人参／玉葱／きゅうり ／キャベツ／もやし/ だいこん／塩っぺ／パ レンシアオレンジ	ぎゅうにゅう おれんじ
25 ／ 土	やきそば ふらいどぼてと ぜりー	焼きそばめん／サラダ 油／フライドポテト/ プチゼリー	豚ロース(脂身付き)／ ★天ぷら／★蒸しかま ぼこ	人参／玉葱／青ピーマ ン／キャベツ／もやし	
27 ／ 月	つなとねぎのふくろやき みーとぼーるのけちやっぶ かきたまじる はくまい	サラダ油／きび砂糖／ 水稲穀粒(精白米)	まぐろ缶詰(油漬フルー ク)／油揚げ(四角)／ 卵／牛乳／フルーツ ヨーグルト	玉葱／ねぎ／えのきた け／人参／カットわか め／バナナ(本) 大	ぎゅうにゅう ふーつよーぐると(そふ・ ばなな
28 ／ 火	とりそぼろ ぐたくさんすーぶ おれんじ はくまい	きび砂糖／サラダ油/ ヤングコーン／片栗粉 ／水稲穀粒(精白米)／ ★プレミックス粉(ホ ケイ用)／無塩バター	鶏ひき肉／ベーコン/ 卵／牛乳／アイスク リーム(普通脂肪)	人参／玉葱／もやし/ キャベツ／たけのこ (ゆで)／パレンシアオ レンジ	ぎゅうにゅう ぼうんどけーき2
29 ／ 水	ぶたにくとたけのこのみそ ほうれんそうのたまごとじ こんそめすーぶ はくまい	片栗粉／サラダ油／マ ヨネーズ(卵黄型)／ 水稲穀粒(精白米)／ コーンフレーク	豚ロース(脂身付き)／ 米みそ(甘みそ)／卵/ 牛乳	たけのこ(ゆで)／さや いんげん／人参／玉葱 ／ほうれんそう／ミニ トマト／キャベツ	ぎゅうにゅう こーんふれーく
30 ／ 木	さかなのぐりにんじんそ きゅうりのすもの みそしる はくまい	小麦粉／マヨネーズ (卵黄型)／きび砂糖 ／水稲穀粒(精白米)	卵／★かに風味かまぼ こ／しらす干し(微乾 燥品)／油揚げ／米み そ(甘みそ)／牛乳	人参／きゅうり／緑豆 春雨／カットわかめ/ 玉葱／だいこん／メロ ン(温室)	ぎゅうにゅう めろん
31 ／ 金	おこのみやき ぶろっこりー わかめすーぶ はくまい	とうもろこし(冷凍) ／小麦粉／やまといも ／マヨネーズ(卵黄 型)／サラダ油／お好 み焼き粉／水稲穀粒 (精白米)	ベーコン／むきえび/ 卵／ピザ用チーズ／か つお節／牛乳	キャベツ／人参／もや し／あおのり／プロッ コリー	ぎゅうにゅう おにぎり
／					
／					
／					
／					
／					
／					
／					

(★印はアレルギー除去対象食品です)