

行事						避難訓練							
曜 日	火	水	木	金	土	火	水	木	金	土	月	火	水
	4	5	6	7	8	11	12	13	14	15	17	18	19
朝乳児おやつ	チーズ・牛乳	ビスケット・牛乳	ウエハース・牛乳	人参・牛乳	せんべい・牛乳	ビスケット・牛乳	せんべい・牛乳	きゅうり・牛乳	チーズ・牛乳	せんべい・牛乳	ビスケット・牛乳	せんべい・牛乳	オレンジ・牛乳
No.	147	120	79	12		115	58	86	142		1	35	130
献立名	①ハヤシライス ②果菜サラダ ③果物	①焼きそば ②スープ ③果物	①筑前煮 ②紅白なます・ごまめ ③白みそ汁	①チキンカツ ②ブロッコリーサラダ ③コンソメスープ	①タコライス ②スープ ③果物	①カレーうどん ②酢の物 ③果物	①鶏のおろしステーキ ②和え物 ③すまし汁	①豚肉と豆のスープ煮 ②サラダ ③果物	①かばやき風 ②卵の花炒り煮 ③みそ汁	①豚丼 ②ごま和え ③すまし汁	①揚げ魚の甘酢あんかけ ②中華和え ③みそ汁	①牛肉とごぼうの炒め物 ②ツナサラダ ③スープ	①木の葉丼 ②和え物 ③すまし汁
主食	ごはん	中華そば	ごはん	パン	ごはん	うどん	ごはん	パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
昼 食	①ごはん ウインナー じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース 油 ハヤシルー ②キャベツ みかん(缶) 酢 塩 砂糖 油	①中華そば 豚肉 ちくわ 人参 キャベツ 油 こしょう ケチャップ ウスターソース 花かつお 青のり ②玉葱 青菜 しいたけ(干) スープの素 塩 しょうゆ	①豚肉 人参 さやいんげん ごぼう れんこん 油 砂糖 みりん しょうゆ ②大根 金時人参 塩 砂糖 酢 ごまめ ごま 砂糖 しょうゆ みりん ③麩 えのき みつば 煮干し 白みそ	①鶏むね肉 塩 こしょう 小麦粉 卵 パン粉 揚げ油 ケチャップ ②ブロッコリー コーン(缶) しょうゆ 砂糖 油 ③キャベツ しめじ パセリ コンソメスープの素 塩 こしょう	①ごはん 合ミンチ 油 玉葱 キャベツ トマト ケチャップ カレー粉 しょうゆ 砂糖 ②玉葱 しいたけ(干) ごま スープの素 塩 こしょう	①うどん 牛肉 人参 玉葱 ねぎ 油 大根 砂糖 しょうゆ ②きゅうり わかめ(干) 酢 砂糖 しょうゆ ③ほうれん草 玉葱 煮干し 塩 しょうゆ	①鶏もも肉 塩 こしょう 小麦粉 油 大根 砂糖 しょうゆ ②白菜 ツナ(缶) 砂糖 しょうゆ ③ほうれん草 玉葱 煮干し 塩 しょうゆ	①豚肉 ベーコン 白いんげん じゃが芋 人参 玉葱 油 コンソメスープの素 塩 こしょう パセリ ②キャベツ トマト 酢 塩 砂糖 油	①さわら 小麦粉 油 砂糖 しょうゆ みりん ②おから 油揚げ こんにやく 人参 ねぎ しいたけ(干) 油 砂糖 しょうゆ だし汁 ③しめじ 麩 みつば 煮干し みそ	①ごはん 豚肉 玉葱 人参 ねぎ 土生姜 だし汁 砂糖 しょうゆ ②もやし 人参 砂糖 しょうゆ ごま ③大根 ゆば 煮干し 塩 しょうゆ	①かれい 塩 こしょう 小麦粉 揚げ油 だし汁 砂糖 酢 しょうゆ 片栗粉 ねぎ ②白菜 きゅうり ごま油 砂糖 しょうゆ ③さつま芋 玉葱 煮干し みそ	①牛肉 ごぼう 玉葱 人参 こんにやく さやいんげん 油 砂糖 しょうゆ ②ブロッコリー ツナ(缶) 酢 塩 砂糖 油 ③小松菜 玉葱 スープの素 しょうゆ	①ごはん かまぼこ 卵 油揚げ ねぎ 玉葱 人参 しいたけ(干) 刻みのり 砂糖 しょうゆ 煮干し ②ほうれん草 もやし 桜えび ごま 砂糖 しょうゆ ③豆腐 えのき みつば 煮干し しょうゆ 塩
果物	りんご(全児)	オレンジ(全児)			バナナ(全児)	みかん(全児)		りんご(全児)					
No.		11		4		144	131	70	45		5	127	114
お や つ	干菓子	きんとん	スノーボールクッキー	ポテトピザ	あんぱん	白玉ぜんざい	パイナップルゼリー	やきやきごはん	黒糖クッキー	練乳いちごパン	コーンマフィン	プリン	マカロニあべかわ
		さつま芋 スキムミルク マーガリン 砂糖	小麦粉 片栗粉 砂糖 サラダ油 粉砂糖	じゃが芋 ハム マヨネーズ 牛乳 ピザ用チーズ		白玉粉 豆腐 小豆 砂糖 塩	クールゼリーの素 パイナップルジュース (果汁100%) 水	ごはん ちりめんじゃこ ごま しょうゆ	小麦粉 ベーキングパウダー マーガリン 黒砂糖(粉末) 牛乳		小麦粉 ベーキングパウダー 卵 塩 コーン(缶) 牛乳 砂糖 マーガリン 油	プリン の素 水 砂糖 水	マカロニ きな粉 砂糖 塩
飲物	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳

