

行事	マラソン大会			誕生会								
曜日	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	
日	19	20	21	23	24	25	26	27	28	30	31	
朝乳やおやつ	ビスケット・牛乳	ウエハース・牛乳	せんべい・牛乳	ビスケット・牛乳	せんべい・牛乳	チーズ・牛乳	人参・牛乳	ウエハース・牛乳	せんべい・牛乳	チーズ・牛乳	ビスケット・牛乳	
No.			143	41	86	1	57	114	138	17	77	
献立名	①鮭のちやんちやん焼き ②切り干し大根のサラダ ③すまし汁	①和風スパゲッティ ②スープ ③果物	①牛丼 ②みそ汁 ③果物	①八宝菜 ②ナムル ③スープ	①豚肉と豆のスープ煮 ②きゅうりのサラダ ③果物	①揚げ魚の甘酢あんかけ ②煮ひたし ③みそ汁	①鶏の照り焼き ②白和え ③すまし汁	①かき揚げうどん ②さわやか漬け ③果物	①和風カレー丼 ②和え物 ③果物	①酢豚 ②春雨サラダ ③スープ	①がんとどぎの煮物 ②のり和え ③みそ汁	
主食	ごはん	スパゲッティ	ごはん	ごはん	パン	ごはん	ごはん	うどん	ごはん	ごはん	ごはん	
昼食	①鮭 塩 こしょう キャベツ 人参 玉葱 しめじ みそ 砂糖 しょうゆ	①スパゲッティ 豚肉 玉葱 人参 しめじ えのき ねぎ 油 砂糖 しょうゆ 刻みのり	①ごはん 牛肉 玉葱 人参 ごぼう(ささがき) 油 ねぎ 煮干し 砂糖 しょうゆ	①豚肉 ちくわ 人参 ピーマン 玉葱 白菜 しいたけ(干) 油 スープの素 塩 しょうゆ 片栗粉	①豚肉 ベーコン 水煮大豆 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	①かれい 塩 小麦粉 揚げ油 だし汁 砂糖 酢 しょうゆ 片栗粉 ねぎ	①鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 みりん 土生姜 油 ②豆腐 こんにゃく ほうれん草 人参 しいたけ(生) ごま 白みそ 砂糖 しょうゆ	①うどん むきえび 人参 みつば 玉葱 小麦粉 揚げ油 ねぎ 煮干し 砂糖 塩 しょうゆ	①ごはん 牛肉 玉葱 人参 ねぎ 油揚げ カレールー 油 煮干し しょうゆ	①豚肉 しょうゆ 片栗粉 揚げ油 人参 玉葱 ピーマン たけのこ(水煮) しいたけ(干) 油 酢 ケチャップ 砂糖 しょうゆ 片栗粉	①がんとどぎ 長芋 煮干し 砂糖 しょうゆ ②ほうれん草 もやし ちくわ 刻みのり 砂糖 しょうゆ ③わかめ(干) 玉葱 ねぎ 煮干し みそ	
	②切り干し大根 人参 ハム 酢 砂糖 しょうゆ	②かぶら 人参 コンソメスープの素 しょうゆ	②わかめ(干) 白菜 煮干し みそ	②ほうれん草 もやし ごま 砂糖 しょうゆ ごま油	②きゅうり わかめ(干) ツナ(缶) 酢 砂糖 しょうゆ ごま油	②もやし 小松菜 油揚げ 煮干し 砂糖 しょうゆ	③白菜 人参 えのき 煮干し みそ	③大豆 ゆば みつば 煮干し 塩 しょうゆ	②コーン(缶) キャベツ 酢 塩 砂糖 レモン汁	②人参 もやし 砂糖 しょうゆ	②春雨 人参 きゅうり 砂糖 酢 しょうゆ ごま油 ③しめじ 豆腐 スープの素 しょうゆ	
	③麩 小松菜 煮干し 塩 しょうゆ			③豆腐 玉葱 ねぎ スープの素 しょうゆ								
果物		バナナ(全児)	オレンジ(全児)		バナナ(全児)			りんご(全児)	オレンジ(全児)			
No.	76	83		99	32	10	127	17			131	
おやつ	きなこちんすこう	アメリカドッグ	ミルクパン	蒸しパン	大根もち風おやき	ざくざくアップルケーキ	プリン	ピザトースト	メロンパン	干菓子バイキング	りんごゼリー	
	米粉 きな粉 砂糖 油	ウインナー ホットケーキミックス 揚げ油 ケチャップ		小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 さつま芋	大根 桜えび しょうゆ 上新粉 ねぎ 油	りんご レモン汁 小麦粉 ベーキングパウダー マーガリン 砂糖	プリンの素 水 カラメルソース	食パン (6枚切) 玉葱 ベーコン マーガリン パセリ ケチャップ トマトジュース 砂糖 ピザ用チーズ			クールゼリーの素 りんごジュース (果汁100%) 水	
飲物	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	

