

行事	総合避難訓練									運動会予行				
曜 日	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	
日	1	2	4	5	6	7	8	9	11	12	13	14	15	
朝乳児おやつ	ウエハース・昆布・牛乳	せんべい・牛乳	ビスケット・牛乳	チーズ・牛乳	せんべい・牛乳	ウエハース・昆布・牛乳	バナナ・牛乳	せんべい・牛乳	ウエハース・昆布・牛乳	せんべい・牛乳	ビスケット・牛乳	チーズ・牛乳	きゅうり・牛乳	
No.	44		34	38		117	19	138	86	70		147	15	
献立名	①牛肉とにらの炒めもの ②すまし汁	①豚丼 ②みそ汁 ③果物	①卵とほうれん草の炒め物 ②みそ汁 ③果物	①豆腐とハムの華風ソテー ②中華スープ	①さばの塩焼き ②酢の物 ③すまし汁	①栄養ラーメン ②中華和え ③果物	①鶏のからあげ ②じゃが芋のサラダ ③みそ汁	①和風カレー丼 ②おかか和え ③果物	①揚げ魚のおろし煮 ②五目煮豆 ③みそ汁	①すき焼き風煮 ②キャベツのサラダ	①焼きうどん ②スープ ③果物	①ハヤシライス ②果菜サラダ ③果物	①ささみのカレーフライ ②ブロッコリーサラダ ③チャウダー	
主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	中華そば	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	うどん	ごはん	ごはん	
昼 食	①牛肉 ごま油 塩 こしょう キャベツ にら もやし 人参 みそ 砂糖 しょうゆ ごま油 ②大根 みつば 麩 煮干し 塩 しょうゆ	①豚肉 玉葱 人参 ピーマン ねぎ 土生姜 だし汁 砂糖 しょうゆ ②小松菜 玉葱 煮干し みそ	①卵 油 ほうれん草 ベーコン 玉葱 人参 ごま油 塩 コンソメスープの素 ②じゃが芋 人参 ねぎ 煮干し みそ	①豆腐 ハム ピーマン キャベツ 玉葱 油 塩 こしょう しょうゆ ごま油 片栗粉 ②わかめ(干) コーン(缶) ごま スープの素 しょうゆ 塩	①さば 塩 ②大根 きゅうり 砂糖 塩 酢 しょうゆ ③えのき みつば ゆば 煮干し 塩 しょうゆ	①中華そば 豚肉 ちくわ コーン(缶) 青菜 人参 もやし しいたけ(干) ごま油 塩 こしょう スープの素 しょうゆ ②ブロッコリー 人参 ごま油 砂糖 しょうゆ	①鶏肉 砂糖 しょうゆ 片栗粉 揚げ油 ②じゃが芋 ひじき(干) トマト マヨドレ ③キャベツ 人参 煮干し みそ	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 ②ほうれん草 もやし 花かつお 砂糖 しょうゆ	①かれい 土生姜 片栗粉 揚げ油 大根 砂糖 しょうゆ みりん だし汁 ②水煮大豆 ひじき(干) 人参 こんにゃく 油揚げ さやいんげん だし汁 砂糖 しょうゆ ③玉葱 チンゲン菜 煮干し みそ	①牛肉 卵 焼豆腐 つきこんにゃく 人参 ねぎ 白菜 玉葱 油 砂糖 しょうゆ ②キャベツ トマト 砂糖 酢 塩 油	①うどん 豚肉 キャベツ もやし 人参 花かつお 青のり 油 しょうゆ みりん ②小松菜 ちりめんじゃこ スープの素 塩 しょうゆ	①ごはん 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース(缶) 油 ハヤシルー ②白菜 みかん(缶) 酢 塩 砂糖 油	①ささみ 塩 こしょう 小麦粉 カレー粉 パン粉 揚げ油 ②ブロッコリー コーン(缶) 砂糖 しょうゆ ③玉葱 人参 じゃが芋 コーンクリーム(缶) パセリ 塩 牛乳 コンソメスープの素	
果物		みかん(缶)(全児)	バナナ(全児)			オレンジ(全児)		みかん(缶)(全児)			オレンジ(全児)	バナナ(全児)		
No.			32	39	131	70	48			47	17	54	122	
お や つ	型抜きクッキー 小麦粉 砂糖 マーガリン	ミルクパン	大根もち風おやき	レモンラスク	人参ゼリー	やきやきごはん	かぼちゃのチーズケーキ	あんぱん	ふかし芋	甘食	ピザトースト	ごまサブレ	わらび餅	
飲物	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
			大根 桜えび しょうゆ 上新粉 ねぎ 油	フランスパン 砂糖 水 レモン汁	クールゼリーの素 人参ジュース (果汁100%) 水	ごはん ツナ(缶) わかめ(干) しょうゆ	かぼちゃ クリームチーズ 生クリーム 砂糖 小麦粉 卵		さつま芋	小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 マーガリン	食パン (6枚切) マーガリン ベーコン 玉葱 パセリ ケチャップ トマトジュース 砂糖 ピザ用チーズ	ホットケーキミックス マーガリン 黒ごまペースト グラニュー糖 白ごま	わらび粉 水 きな粉 砂糖	

