

行事												
曜	月	火	水	木	金	土	火	水	木	金	土	
日	4	5	6	7	8	9	12	13	14	15	16	
朝乳 おやつ	ビスケット・牛乳	ウエハース・牛乳	せんべい・牛乳	チーズ・牛乳	人参・牛乳	せんべい・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	せんべい・牛乳	
No.	145	111	79			143	70	116	48	53	134	
献立名	①カレーライス ②白菜のサラダ ③果物	①煮込みうどん ②ごま和え ③果物	①筑前煮 ②なます・ごまめ ③白みそ汁	①タンドリーチキン ②キャベツのサラダ ③コンソメスープ	①鮭のちゃんちゃん焼き ②こふき芋 ③すまし汁	①五目 ひじきごはん ②白菜のおかか和え ③すまし汁	①すき焼き風煮 ②青菜のごま和え ③みそ汁	①あんかけそば ②ジャーマンポテト ③果物	①魚の マヨネーズ焼き ②大根サラダ ③キャベツのスープ	①鶏肉バーグ きのこのソース ②ブロッコリーの和え物 ③みそ汁	①ビビンバ風丼 ②わかめの 中華スープ ③果物	
主食	ごはん	うどん	ごはん	パン	ごはん	ごはん	ごはん	中華そば	パン	ごはん	ごはん	
昼食	①ごはん 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース レーズン 油 カレールー スキムミルク	①うどん 豚肉 しいたけ(干) 人参 玉葱 ねぎ 煮干し 油 砂糖 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 酢 砂糖 塩 ごまめ ごま 砂糖 しょうゆ みりん ③麩 かまぼこ みつば 煮干し みそ	①鶏むね肉 塩 こしょう ヨーグルト ケチャップ 砂糖 しょうゆ カレー粉 ②キャベツ トマト しょうゆ 砂糖 油 ③玉葱 人参 コーン(缶) コンソメスープの素 塩 こしょう	①鮭 キャベツ 人参 玉葱 しめじ みそ 砂糖 みりん しょうゆ 油 ②じゃが芋 油 砂糖 しょうゆ ③油揚げ わかめ(干) 煮干し 塩 しょうゆ	①ごはん ひじき 鶏肉 人参 さやえんどう しいたけ(干) 油 砂糖 しょうゆ (うす口) ②白菜 花かつお 砂糖 しょうゆ ③しめじ ほうれん草 煮干し 塩 しょうゆ	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青菜 人参 ごま 砂糖 しょうゆ ③麩 みつば 煮干し みそ	①中華そば 豚肉 ちくわ 青菜 人参 玉葱 ねぎ しいたけ(干) 油 煮干し 塩 しょうゆ 片栗粉 ②じゃが芋 ベーコン 玉葱 油 マーガリン 塩 こしょう	①かれい 塩 マヨネーズ 玉葱 パセリ 牛乳 油 ②大根 きゅうり 酢 しょうゆ 砂糖 油 ③ウインナー キャベツ 人参 コンソメスープの素 塩 こしょう	①鶏ミンチ 卵 塩 こしょう 玉葱 片栗粉 油 しめじ えのき茸 砂糖 しょうゆ 油 ②トマト ブロッコリー 砂糖 しょうゆ ③豆腐 人参 ねぎ 煮干し みそ	①ごはん 牛ミンチ 油 塩 こしょう しいたけ(干) だし汁 砂糖 しょうゆ ほうれん草 砂糖 しょうゆ ごま油 大根 人参 砂糖 酢 塩 ②わかめ(干) ごま スープの素 塩 こしょう	
	果物	オレンジ(全児)	バナナ(全児)						みかん(全児)			りんご(全児)
No.		36	116	114	137		144	145	89	131		
おやつ	干菓子	じゃこのトースト	きんとん	マカロニあべかわ	フルーツかん	あんぱん	白玉ぜんざい	ジャムサンド	豆腐ドーナツ	オレンジゼリー	メロンパン	
		食パン (6枚切) ちりめんじゃこ マヨネーズ 青のり 白ごま	ぎつま芋 スキムミルク マーガリン 砂糖	マカロニ きな粉 砂糖 塩	みかん(缶) パイン(缶) バナナ 砂糖 水 粉寒天		小豆 砂糖 塩 白玉粉 豆腐	食パン (12枚切) イチゴジャム	豆腐 ホットケーキミックス 揚げ油	クールゼリーの素 オレンジジュース (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	

