

行事	マラソン大会						誕生会					
曜 日	月 18	火 19	水 20	木 21	金 22	土 23	月 25	火 26	水 27	木 28	金 29	土 30
朝乳 おやつ	ビスケット・牛乳						ウエハース・牛乳					
No.	102	45	125	76	12	133	72	32	141	65		137
献立名	①ホワイトシチュー ②和えもの ③果物	①魚の照り焼き ②卵の花炒り煮 ③みそ汁	①スパゲッティ ナポリタン ②わかめのスープ ③果物	①高野豆腐と 野菜の卵とじ ②ごま和え ③ずまし汁	①トンカツ ②キャベツのサラダ ③みそ汁	①そぼろごはん ②酢の物 ③みそ汁	①肉じゃが <small>②ほうれん草のおかか和え</small> ③みそ汁	①にら卵の えびあんかけ ②春雨サラダ ③スープ	①あけぼのごはん ②炒め煮 ③みそ汁 ④果物	①マカロニ グラタン ②和風サラダ ③豆腐スープ	①担々風麺 ②酢の物 ③果物	①マーボー丼 ②もやしスープ ③果物
主食	パン	ごはん	スパゲッティ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	パン	中華そば	ごはん
昼 食	①豚肉 さつま芋 人参 キャベツ 玉葱 油 ホワイトルー ②ほうれん草 もやし 桜えび ごま 砂糖 しょうゆ	①魚 しょうゆ 砂糖 みりん ②おから 油揚げ こんにゃく 人参 ねぎ しいたけ(干) 油 砂糖 しょうゆ だし汁 ③かぼちゃ 玉葱 ねぎ 煮干し みそ	①スパゲッティ ベーコン ピーマン キャベツ 玉葱 油 塩 こしょう ケチャップ ②わかめ(干) もやし しいたけ(干) コンソメスープの素 塩 こしょう	①高野豆腐 平天 鶏ミンチ 卵 人参 さやいんげん 玉葱 油 砂糖 しょうゆ だし汁 ②ブロッコリー コーン(缶) ごま 砂糖 しょうゆ ③白菜 油揚げ しめじ 煮干し 塩 しょうゆ	①豚肉 塩 こしょう 小麦粉 卵 パン粉 揚げ油 ケチャップ ②キャベツ 人参 酢 砂糖 しょうゆ 油 ③青菜 玉葱 麩 煮干し みそ	①ごはん 鶏ミンチ 油 砂糖 しょうゆ グリンピース ②大根 人参 きゅうり 酢 砂糖 塩 ③豆腐 わかめ(干) ねぎ 煮干し みそ	①牛肉 じゃが芋 糸こんにゃく 人参 玉葱 グリンピース 油 煮干し 砂糖 しょうゆ ②ほうれん草 人参 しいたけ(生) 花かつお しょうゆ 砂糖 ③麩 しめじ ねぎ 煮干し みそ	①むきえび 土生姜 卵 にら 油 塩・こしょう たけのこ きくらげ 油 煮干し 砂糖 塩 しょうゆ 片栗粉 ごま油 ②春雨 人参 きゅうり 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 ③玉葱 えのき草 ごま スープの素 塩・しょうゆ	①米 人参 塩 しょうゆ だし昆布 ②豚肉 ちくわ チンゲン菜 人参 もやし 油 砂糖 しょうゆ ③油揚げ 大根 わかめ(干) 煮干し みそ	①マカロニ 鶏肉 玉葱 しいたけ(干) ブロッコリー 油 塩 こしょう 小麦粉 マーガリン 牛乳 とろけるチーズ パセリ ②白菜 コーン(缶) わかめ(干) ごま 砂糖 酢 しょうゆ 油 ③豆腐 人参 ねぎ コンソメスープの素 塩	①中華そば 合ミンチ チンゲン菜 キャベツ もやし 人参 ごまペースト ごま 豆乳 みそ しょうゆ みりん スープの素 ②かにかま 大根 きゅうり 酢 砂糖 塩 しょうゆ	①ごはん 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 白ねぎ にら 土生姜 スープの素 水 砂糖 しょうゆ みそ ごま油 片栗粉 ②もやし ねぎ ごま スープの素 しょうゆ 塩
	果物	バナナ(全児)		りんご(全児)						オレンジ(全児)		バナナ(全児)
No.	70		58	86	141		12	76	60	131		
お や つ	やきやきごはん	フルーツサンド	ツナコーンマヨネーズパン	揚げじゃが	あべかわ寒天	ミルクパン	キャロットケーキ	ココアちんすこう	チーズラムカン	りんごゼリー	干菓子バイキング	ショコラロール
	ごはん ツナ(缶) わかめ(干) しょうゆ	食パン プレーンヨーグルト 砂糖 生クリーム みかん(缶) バナナ	ホットケーキミックス 小麦粉 牛乳 卵 ツナ(缶) コーン(缶) マヨネーズ	じゃが芋 スキムミルク 塩 揚げ油	粉寒天 水 砂糖 黒砂糖 水 きな粉		小麦粉 ベーキングパウダー マーガリン 砂糖 卵 人参 バニラエッセンス	米粉 ココア 砂糖 油	ホットケーキミックス 牛乳 マーガリン 卵 ピザ用チーズ 粉チーズ	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	牛 乳

