



日	曜	献立	主食	あか	みどり	きいろ	おやつ		原材料に 含まれる アレルギー
							未満児午前	午後	
1日	金	ハヤシライス スパゲティサラダ フルーツヨーグルト	ご飯	牛肉 ハム ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ・グリーンピース・人参・きゅうり パインナップル・桃・みかん	米 じゃがいも スパゲティ パン・ごま	牛乳 お菓子	ごまトースト 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
2日 9日 23日	土	サンドイッチ ポタージュ バナナ	パン	卵 ハム 牛乳	きゅうり・青のり・コーン バナナ	パン じゃがいも	牛乳 お菓子	菓子 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
7日	木	親子丼 豆腐のみそ汁 ひなご バナナ	ご飯	鶏肉・卵 かまぼこ 豆腐・薄揚げ ひなご・牛乳	玉ねぎ・人参・えのき・青ねぎ 干しわかめ・バナナ	米 パン	ヨーグルト お菓子	スティックパン 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
11日	月	ふりかけご飯 コロッケ ほうれん草の和え物 厚揚げのみそ汁	ご飯	味かつお 合挽きミンチ 納豆・厚揚げ 牛乳	人参・もやし・ほうれん草・ 干しわかめ・青ねぎ	米 じゃがいも ごま	ヨーグルト お菓子	ドーナツ 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
12日	火	とれたて豆ご飯 サバの塩焼き みそトッピングサラダ 豚汁	ご飯	サバ スモークチキン 豚肉・豆腐 牛乳	えんどう豆・キャベツ・きゅうり 人参・こんにゃく・大根・青ねぎ	米 ごま	ヨーグルト お菓子	青りんごゼリー 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
13日	水	ご飯 高野豆腐の卵とじ さつま汁 オレンジ	ご飯	高野豆腐 卵・鶏肉 豚肉・ちくわ 牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース ごぼう・青ねぎ・オレンジ	米 さつまいも	ヨーグルト お菓子	マシュマロサンド 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
14日	木	ひじき入り炊き込みご飯 白身魚のフライ ブロッコリーのおかか和え 豆腐のみそ汁	ご飯	鶏肉・薄揚げ 白身魚・豆腐 花かつお 牛乳	ひじき・人参・干しいたけ ブロッコリー・キャベツ・もやし 青ねぎ・干しわかめ	米	ヨーグルト お菓子	ぱりんこ ラムネ 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
15日	金	チキンカレー ゴマネーズ和え バナナ	ご飯	鶏肉 ちくわ 牛乳	玉ねぎ・人参・グリーンピース きゅうり・キャベツ・バナナ	米 じゃがいも ごま パン	ヨーグルト お菓子	ジャムサンド 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
18日	月	親子丼 豆腐のみそ汁 バナナ	ご飯	鶏肉・卵 かまぼこ 豆腐・薄揚げ 牛乳	玉ねぎ・人参・えのき・青ねぎ 干しわかめ・バナナ	米 パン	ヨーグルト お菓子	スティックパン 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
19日	火	ゆかりご飯 豚肉のしょうが炒め 小松菜のみそ汁 みかん	ご飯	豚肉 豆腐 フリマシヤ チーズ・牛乳	ゆかり・生姜 玉ねぎ・人参・ピーマン もやし・小松菜・みかん	米 パン	ヨーグルト お菓子	じゃこトースト 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
20日	水	ご飯 ホキの若草揚げ スパゲティサラダ ほうれん草のみそ汁	ご飯	ホキ・ハム 薄揚げ きなこ 牛乳	青のり・きゅうり・人参 ほうれん草・玉ねぎ	米 スパゲティ パン	ヨーグルト お菓子	あげパン 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
21日	木	ご飯 うま煮 ツナの和え物 厚揚げのみそ汁	ご飯	鶏肉・厚揚げ ちくわ・ツナ 牛乳	人参・大根・こんにゃく・ いんげん・ほうれん草・キャベツ 干しわかめ・青ねぎ	米	ヨーグルト お菓子	パウムクーヘン 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
22日	金	ハヤシライス ひじきサラダ パインナップル	ご飯	牛肉 牛乳	玉ねぎ・グリーンピース・人参 ひじき・きゅうり・キャベツ パインナップル	米 じゃがいも	ヨーグルト お菓子	菓子 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
25日	月	ふりかけご飯 コロッケ ほうれん草の和え物 わかめのスープ	ご飯	味かつお 合挽きミンチ 納豆 牛乳	人参・もやし・ほうれん草・ 干しわかめ・玉ねぎ	米 じゃがいも ごま	ヨーグルト お菓子	ドーナツ 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
26日	火	チキンピラフ みそトッピングサラダ 豆腐のみそ汁 オレンジ	ご飯	鶏肉 スモークチキン 豆腐・薄揚げ 牛乳	玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース キャベツ・きゅうり・青ねぎ 干しわかめ・オレンジ	米 ごま	ヨーグルト お菓子	手作りクッキー 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
27日	水	ご飯 うま煮 ツナの和え物 小松菜のみそ汁	ご飯	鶏肉・厚揚げ ちくわ・ツナ 豆腐・卵 牛乳	人参・大根・こんにゃく・ いんげん・ほうれん草・キャベツ 小松菜・玉ねぎ	米	ヨーグルト お菓子	プリン お茶	・小麦 ・乳成分 ・卵
28日	木	ひじき入り炊き込みご飯 ブロッコリーのおかか和え 豚汁 ひなご	ご飯	鶏肉・薄揚げ 豚肉・豆腐 花かつお ひなご・牛乳	人参・ひじき・干しいたけ ブロッコリー・キャベツ・もやし 大根・こんにゃく・青ねぎ	米	ヨーグルト お菓子	カステラ 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
29日	金	ビーフカレー ゴマネーズ和え バナナ	ご飯	牛肉 ちくわ スキムミルク 牛乳	玉ねぎ・グリーンピース・人参 キャベツ・きゅうり・バナナ	米 じゃがいも ごま パン	ヨーグルト お菓子	ジャムサンド 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵



○8日(金) 弁当日



今月のクッキング

22日(金) きりん・ぼんだ組

- ★エプロン・三角巾を忘れないようにしてください。
- ★前日には、爪を切ってください。