

<u> </u>	<u> የዞ / ተ</u>	U,	H Carrie Carrie	それ 及物プレルキー 関	以立表	西国分寺保育園
日/曜	時間帯		献 立	乳	小麦	Øр
02	昼食		ごはん			
月			じゃが芋の味噌汁			
			豆腐のまさご揚げ 切干大根の煮物			
			グレープフルーツ			
	午後おやつ			牛乳→麦茶		
			あじさいゼリー			
03	昼食		塩せんべい 麦入りごはん			
火	空及		冬瓜の味噌汁			
			かじきの風味焼き			
			白菜と小松菜のごま和え			
	ケベナル	_	バナナ	사의 · = +		
	午後おやつ		牛乳 ツナコーンサンド	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン	
04	昼食	_	中華丼		20.00	
水			豆腐と豆苗のスープ			
			ツナと春雨のサラダ			
	午後おやつ	_	オレンジ みそラーメン		焼きそばめん→きびめん	
05	昼食		ごはん		me cashi red shi	
木			じゃが芋としめじのスープ			
		_	チキンソテー			
			ラタトゥユ			
	午後おやつ		グレープフルーツ 牛乳	牛乳→麦茶		
	11000112			牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	
06	昼食		ソース焼きそば		焼きそばめん→きびめん	
金		_	豆腐とわかめのスープ			
			大根ときゅうりの酢の物			
	午後おやつ	_	バナナ 牛乳	牛乳→麦茶		
	1 1205 ( )		カレーピラフ	バター→除去		
07	昼食		ごはん			
土			さつま芋の味噌汁			
			豚肉のプルコギ 小松菜のナムル			
	午後おやつ			牛乳→麦茶		
	, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		豆腐ブラウニー		豆腐ブラウニー→米粉パンのジャムサンド	
09	昼食		麦入りごはん			
月			数とほうれん草のすまし汁		焼麩→除去	
		-	さばのトマトソースかけ 大豆のサラダ			
		-	オレンジ			
	午後おやつ	1	牛乳	牛乳→麦茶		
10			大学芋			
10 火	昼食		ごはん トマトとレタスのスープ			
<b>X</b>			鶏肉の豆乳クリームソースかけ			
			ブロッコリーサラダ			
			バナナ			
	午後おやつ		牛乳 ミートソースペンネ	牛乳→麦茶	^° \ , → \ → 15th /	
11	昼食		1	ハヤシルウ→乳なしハヤシルウ	ペンネ→きびめん ハヤシルウ→小麦なしハヤシルウ	
水			じゃが芋のコロコロサラダ			
		-	そら豆の塩ゆで			
	ケダナバー		グレープフルーツ	사 <u>의</u> * <del>* * *</del>		
	午後おやつ			牛乳→麦茶 粉チーズ→コーン 牛乳→豆乳	  ミックス粉→米粉・ベーキングパウダー・三温糖	
12	昼食	_	麦入りごはん	- 1 1 0 about 0	- mund	
木		2	オクラとなめこの味噌汁			
			おろしハンバーグ		パン粉→除去	
			かぼちゃ煮 バナナ			
	午後おやつ			牛乳→麦茶		
			シュガーラスク	バター→油	食パン→米粉パン	
			茹でとうもろこし			
13	昼食		こはん			
金			豆腐のすまし汁 豚肉と玉葱の味噌炒め			
			ひじきのサラダ			
		_	メロン			
	午後おやつ			牛乳→麦茶		
14	昼食	_	きなこおにぎり			
土	므ᅜ		小松菜の味噌汁			
		3	厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め			
	左张士立		粉ふき芋	사 <u>의</u> , 보보		
	午後おやつ		牛乳 コーンマフィン	牛乳→麦茶	コーンマフィン→米粉パンのジャムサンド	
بببا	前おやつ :				コーフ・フェン・不動ハンのシャムサンド	

日/曜	時間帯		献立	乳	小麦	èй
16 月	昼食	2 3 4	ごはん じゃが芋の味噌汁 豆腐のまさご揚げ 切干大根の煮物 グレープフルーツ			
	午後おやつ	1 2	牛乳 あじさいゼリー 塩せんべい	牛乳→麦茶		
17 火	昼食	② ③ ④	麦入りごはん 冬瓜の味噌汁 かじきの風味焼き 白菜と小松菜のごま和え バナナ			
	午後おやつ		牛乳 ツナコーンサンド	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン	
18	昼食	2 3 4	中華丼 豆腐と豆苗のスープ ツナと春雨のサラダ オレンジ			
19	昼食	1 2 3 4	みぞラーメン ごはん じゃが芋としめじのスープ チキンソテー ラタトゥュ グレーブフルーツ		焼きそばめん→きびめん	
	午後おやつ		牛乳 ココア蒸しパン	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	
20 金	昼食	① ② ③ ④	ソース焼きそば 豆腐とわかめのスープ 大根ときゅうりの酢の物 バナナ		焼きそばめん→きびめん	
	午後おやつ		牛乳 カレーピラフ	牛乳→麦茶 バター→除去		
21 ±	昼食	2	ごはん さつま芋の味噌汁 豚肉のプルコギ 小松菜のナムル			
	午後おやつ		牛乳 豆腐ブラウニー	牛乳→麦茶	豆腐ブラウニー→米粉パンのジャムサンド	
23	昼食	2 3 4	麦入りごはん 麩とほうれん草のすまし汁 さばのトマトソースかけ 大豆のサラダ		焼麩→除去	
	午後おやつ	1	オレンジ   牛乳   大学芋	牛乳→麦茶		
24 火	昼食	1 2 3 4	スティー ごはん トマトとレタスのスープ 鶏肉の豆乳クリームソースかけ ブロッコリーサラダ バナナ			
	午後おやつ	-	牛乳 ミートソースペンネ	牛乳→麦茶	ペンネ→きびめん	
25 水	昼食	2 3 4	ハヤシライス じゃが芋のコロコロサラダ そら豆の塩ゆで グレープフルーツ 牛乳	ハヤシルウ→乳なしハヤシルウ 牛乳→麦茶	ハヤシルウ→小麦なしハヤシルウ	
26 木	昼食	1 2 3 4	ポンデケージョ 麦入りごはん オクラとなめこの味噌汁 おろしハンバーグ かぼちゃ煮	粉チーズ→コーン 牛乳→豆乳	ミックス粉→米粉・ベーキングパウダー・三温糖 パン粉→除去	
	午後おやつ	1 2	バナナ 牛乳 シュガーラスク 茹でとうもろこし	牛乳→麦茶 バター→油	食パン→米粉パン	
27 金	昼食	② ③ ④ ⑤	ごはん 豆腐のすまし汁 豚肉と玉葱の味噌炒め ひじきのサラダ メロン			
	午後おやつ	2	牛乳 きなこおにぎり	牛乳→麦茶		
28 ±	昼食	② ③	ごはん 小松菜の味噌汁 厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め 粉ふき芋			
	午後おやつ		牛乳 コーンマフィン	牛乳→麦茶	コーンマフィン→米粉パンのジャムサンド	
30 月	昼食	3 4	ごはん かぶの味噌汁 あじの竜田揚げ きんぴらごぼう オレンジ			
\\ \frac{1}{2} \left( \frac{1}{2} \right) \\ \frac{1}{2} \right( \frac{1}{2} \right) \\ \frac{1}{2} \right) \\ \frac{1} \right) \\ \frac{1}{2} \right) \\ \frac{1}{2} \right) \\ \frac{1}{2} \right)			牛乳 大豆のスコーン	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉	