令和7年11月 💆 🗗 💆 🌢 💆 🍁 献 立 表 💆 🗸 💆 🌢 💆 🍁 西国分寺保育園

$\overline{}$				1			西国分寺保育園
日/曜	時間帯		献立	黄熱と力になるもの	材 * * * * * * * * * * * * * * * * * * *	名 緑 体の調子を整えるもの	その他
01	昼食		ごはん	*			
土			かぶの味噌汁	10 4244 — ND 844 NA	高野豆腐、カットわかめ	かぶ	米みそ、煮干し、昆布
			じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し	じゃが芋、三温糖、油	豚ひき肉	玉ねぎ、人参 ほうれん草、もやし	醤油、かつお節、塩 醤油、かつお節
ŀ	午後おやつ	-	中乳 (4.7) (牛乳	はりれん学、もやし	西川、グ・ブの即
	一段のドラ		マカロニあべ川	マカロニ、三温糖	きな粉		塩
04	昼食	_	ごはん	米	C 5413		
火			高野豆腐の味噌汁	·	高野豆腐	人参、玉ねぎ	米みそ、煮干し、昆布
		3	鶏肉の油淋鶏ソース	油、米粉、三温糖、ごま油	鶏もも肉	長ねぎ、にんにく、生姜	醤油、酢、塩
		4	かぼちゃとさつま芋のごま和え	さつま芋、白ごま、三温糖		かぼちゃ	醤油
		-	グレープフルーツ			グレープフルーツ	
	午後おやつ		牛乳		牛乳		
0.5		_	ココア揚げぱん	丸パン、揚げ油、三温糖	07 t t th	T4 # 14 - 2 1	ココア
05	昼食		ハヤシライス 里芋サラダ	米、押麦、油	豚もも肉	玉ねぎ、人参、マッシュルーム	ハヤシルウ、ケチャップ、中濃ソース
水			宝手リフタ スティックチーズ	里芋、マヨドレ	ツナ缶 スティックチーズ	きゅうり、人参	醤油
			りんご		A) 1997 A	りんご	
l	午後おやつ		鶏塩うどん	干しうどん、油	鶏もも肉	人参、長ねぎ、ごぼう	かつお節、みりん風、昆布、酒、塩
06	昼食	_	菜めし	*		小松菜	醤油、酒、みりん風、昆布、塩
木		2	豆腐となめこの味噌汁		木綿豆腐	なめこ、長ねぎ	米みそ、煮干し、昆布
		3	レンコンのつくね焼き	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	レンコン、人参、生椎茸、生姜	醤油、かつお節、みりん風、塩
			切干大根ときゅうりのサラダ	油、三温糖		きゅうり、人参、切干大根	酢、醤油、塩
		_	バナナ			バナナ	
	午後おやつ		牛乳		牛乳		#L VIII _
07	日本	-	大学芋	さつま芋、三温糖、揚げ油、黒ごま	100 + + rb	+ + + + + + + + + + + + + + + +	で、醤油 思た 中芸だしの表 塩
07 金	昼食		五目中華ラーメン ジャーマンポテト	焼きそばめん、コーン缶、油、ごま油 じゃが芋、油	豚もも肉 ベーコン	キャベツ、もやし、人参、生姜 玉ねぎ	醤油、昆布、中華だしの素、塩 塩、こしょう
並			ジャーマンホテト ボイルブロッコリー	してが子、油		ブロッコリー	塩、こしょう
			みかん			みかん	- <u></u>
l	午後おやつ		牛乳			0.73.70	
			納豆チャーハン	米、油	鶏ひき肉、挽きわり納豆	長ねぎ、人参	醤油、酒、塩
80	昼食	1	ごはん	*			
土		2	さつま芋の味噌汁	さつま芋		玉ねぎ	米みそ、煮干し、昆布
			鶏肉の甘酢炒め	油、三温糖、片栗粉	鶏もも肉	玉ねぎ、人参	ケチャップ、酒、酢、塩
		-	小松菜のナムル	ごま油、三温糖		小松菜、もやし、人参	醤油
	午後おやつ		牛乳	A 185. 24 - 20 mt	牛乳	L T (III.)	
10	昼食		レモンシュガートースト ごはん	食パン、油、三温糖米		レモン果汁	
月	空及		春雨スープ	春雨		小松菜、玉ねぎ	昆布、中華だしの素、醤油、塩
,,,			マーボー豆腐	油、三温糖、ごま油、片栗粉	木綿豆腐、豚ひき肉	長ねぎ、人参、にんにく、生姜	米みそ、醤油
			中華風きゅうり	ごま油、三温糖		きゅうり、大根	酢、醤油
		(5)	グレープフルーツ			グレープフルーツ	
	午後おやつ	1	牛乳		牛乳		
		_	しらすトースト	食パン、マヨドレ	しらす干し、青のり		
11	昼食		麦入りごはん	米、押麦		1.4 (7.7.1.47)	1 1. tr 1. tr 1. tr.
火			切干大根のすまし汁	ウブま 三須蘇	カットわかめ	人参、切干大根	かつお節、昆布、醤油、塩
			ぶりのごま味噌焼き ひじきと大豆の煮物	白ごま、三温糖さつま芋、三温糖、油	フリ 大豆水煮、油揚げ、乾燥ひじき、鶏もも肉	人参、さやいんげん	米みそ、酒、みりん風、醤油 醤油、かつお節、酒、みりん風
			オレンジ	こうな子、二/皿信、川	八五小点、周揚八、毛味ししと、周しし内	オレンジ	西川、かつの頭、冶、グラグの風
	午後おやつ	-	牛乳		牛乳		
Ll			ポンデケージョ	ミックス粉、白玉粉	牛乳、粉チーズ	<u> </u>	塩
	昼食	_	麦入りごはん	米、押麦			_
12				/// 11 X			
12 水		2	キャベツスープ			キャベツ、ぶなしめじ	昆布、コンソメ、塩
		3	キャベツスープ ポークビーンズ	油、三温糖	豚もも肉、大豆水煮	玉ねぎ、人参、トマトピューレ	ケチャップ、塩
		3	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ		豚もも肉、大豆水煮 ツナ缶	玉ねぎ、人参、トマトピューレ ブロッコリー、人参	
水	午後おやつ	② ③ ④ ⑤	キャベツスープ ボークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご	油、三温糖	ツナ缶	玉ねぎ、人参、トマトピューレ	ケチャップ、塩
水	午後おやつ	2 3 4 5	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳	油、三温糖油、三温糖	ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、人参、トマトピューレ ブロッコリー、人参	ケチャップ、塩 酢、塩
水	午後おやつ昼食	2 3 4 5	キャベツスープ ボークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご	油、三温糖	ツナ缶	玉ねぎ、人参、トマトピューレ ブロッコリー、人参	ケチャップ、塩
水		2 3 4 5 0	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ	油、三温糖油、三温糖	ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、人参、トマトピューレ ブロッコリー、人参	ケチャップ、塩 酢、塩
水 13		2 3 4 5 1 2	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん	油、三温糖油、三温糖米粉、三温糖、油	ツナ缶 牛乳 豆乳、スキムミルク、きな粉	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー
水 13		2 3 4 5 1 2 1 2 3	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋	ツナ缶 牛乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩
13 木	昼食	2 3 4 5 0 2 3 4 5	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油	ツナ缶 牛乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう
13 木		2 3 4 5 0 2 3 4 5	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ 牛乳	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油 コーン缶、油	サ升岳 牛乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう
13 木	昼食	2 3 4 5 1 2 3 4 5	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー パナナ 牛乳 肉まん風蒸レパン	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油 コーン缶、油 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉	ツナ缶 牛乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう
水 13 木	昼食	2 3 4 5 0 2 3 4 5 0 2	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー パナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油 コーン缶、油	サ乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 バナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう
水 13 木	昼食	2 3 4 5 0 2 0 2 3 4 5 0 0 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁	油、三温糖油、三温糖油、三温糖油、三温糖油、三温糖油料料である。 米 じゃが芋米粉、油コーン缶、油 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉料、 押麦	サ乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 バナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布
水 13 木	昼食	2 3 4 5 0 2 0 2 3	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁 鶏肉のレモン風味	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油 コーン缶、油 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 米、押麦 揚げ油、片栗粉、三温糖	サ乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸 レモン果汁	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布 醤油、酒、塩
水 13 木	昼食	2 3 4 5 0 2 0 2 3 4 5 0 2 0 2 0 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁 鶏肉のレモン風味 キャベツのサラダ	油、三温糖油、三温糖油、三温糖油、三温糖油、三温糖油料料である。 米 じゃが芋米粉、油コーン缶、油 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉料、 押麦	サ乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸 レモン果汁 キャベツ、きゅうり、人参	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布
13 木 14 金	昼食	2 3 4 5 0 2 0 2 3 4 5 0 2 0 2 3 4 5 0 0 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁 鶏肉のレモン風味	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油 コーン缶、油 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 米、押麦 揚げ油、片栗粉、三温糖	サ乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸 レモン果汁	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布 醤油、酒、塩
13 木 14 金	昼食 午後おやつ 昼食		キャバツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー パナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁 鶏肉のサラダ みかん	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油 コーン缶、油 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 米、押麦 揚げ油、片栗粉、三温糖	ツナ缶 牛乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ 鶏もも肉	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸 レモン果汁 キャベツ、きゅうり、人参	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布 醤油、酒、塩
水 13 木 14 金	昼食 午後おやつ 昼食		キャバツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー パナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁 鶏肉のナモン風味 キャベツのサラダ みかん	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油 コーン缶、油 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 米、押麦 揚げ油、片栗粉、三温糖 油、三温糖	ツナ缶 牛乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ 鶏もも肉 牛乳	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸 レモン果汁 キャベツ、きゅうり、人参 みかん	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布 醤油、酒、塩
13 木 14 金	昼食 午後おやつ 昼食		キャバツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁 鶏肉のレモン風味 キャベツのサラダ みかん 牛乳 スイートパンプキン 豚みそ丼 わかめと油揚げのすまし汁	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 米、押麦 揚げ油、片栗粉、三温糖 油、三温糖 三温糖、バター 米、油、三温糖、片栗粉	サ乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ 鶏もも肉 牛乳 生クリーム	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸 レモン果汁 キャベツ、きゅうり、人参 みかん かぼちゃ 玉ねぎ、小松菜、しめじ、にんにく、生姜 人参、長ねぎ	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布 醤油、酒、塩 酢、塩 米みそ、醤油、酒 かつお節、昆布、醤油、塩
13 木 14 金 15 土	昼食 午後おやつ 昼食 午後おやつ		キャベツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁 鶏肉のレモン風味 キャベツのサラダ みかん 牛乳 スイートバンブキン 豚みそ丼 わかめと油揚げのすまし汁 かぼちゃの甘煮	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油 コーン缶、油 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 米、押麦 揚げ油、片栗粉、三温糖 油、三温糖 三温糖、バター	ツナ缶 牛乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ 鶏もも肉 牛乳 生クリーム 豚もも肉 油揚げ、カットわかめ	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸 レモン果汁 キャベッ、きゅうり、人参 みかん かぼちゃ 玉ねぎ、小松菜、しめじ、にんにく、生姜	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布 醤油、酒、塩 酢、塩 米みそ、醤油、酒
水 13 木 14 金 15 土	昼食 午後おやつ 昼食		キャバツスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご 牛乳 米粉のきなこケーキ ごはん じゃが芋のスープ カレイのカレームニエル ほうれん草とコーンのソテー バナナ 牛乳 肉まん風蒸しパン 麦入りごはん 舞茸と大根の味噌汁 鶏肉のレモン風味 キャベツのサラダ みかん 牛乳 スイートパンプキン 豚みそ丼 わかめと油揚げのすまし汁	油、三温糖 油、三温糖 米粉、三温糖、油 米 じゃが芋 米粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 米、押麦 揚げ油、片栗粉、三温糖 油、三温糖 三温糖、バター 米、油、三温糖、片栗粉	サ乳 豆乳、スキムミルク、きな粉 ハム カレイ 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ 鶏もも肉 牛乳 生クリーム 豚もも肉	玉ねぎ、人参、トマトビューレ ブロッコリー、人参 りんご 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 パナナ 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 大根、舞茸 レモン果汁 キャベツ、きゅうり、人参 みかん かぼちゃ 玉ねぎ、小松菜、しめじ、にんにく、生姜 人参、長ねぎ	ケチャップ、塩 酢、塩 ベーキングパウダー 昆布、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう 醤油、ベーキングパウダー、塩 米みそ、煮干し、昆布 醤油、酒、塩 酢、塩 米みそ、醤油、酒 かつお節、昆布、醤油、塩

日/曜	時間帯	献立					
曜	th fell for		HIV 32	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
17	昼食		麦入りごはん	米、押麦			
月		2	大根と油揚げの味噌汁		油揚げ	大根、人参	米みそ、煮干し、昆布
			鮭のきのこあんかけ	油、米粉、片栗粉、三温糖	鮭	えのき茸、しめじ、人参	醤油、かつお節、塩
		4	かぶの酢の物	三温糖	カットわかめ	かぶ、きゅうり	酢、醤油、塩
			オレンジ			オレンジ	
	午後おやつ	1	牛乳		牛乳		
		_	コーンクリームペンネ	ペンネ、クリームコーン缶、コーン缶、米粉、バター、油	豆乳、ベーコン	玉ねぎ、人参	塩、コンソメ
18	昼食	1	ごはん	米			
火			高野豆腐の味噌汁		高野豆腐	人参、玉ねぎ	米みそ、煮干し、昆布
		3	鶏肉の油淋鶏ソース	油、米粉、三温糖、ごま油	鶏もも肉	長ねぎ、にんにく、生姜	醤油、酢、塩
			かぼちゃとさつま芋のごま和え	さつま芋、白ごま、三温糖		かぼちゃ	醤油
		_	グレープフルーツ			グレープフルーツ	
	午後おやつ				牛乳		
		_	ココア揚げぱん	丸パン、揚げ油、三温糖			ココア
19	昼食		ハヤシライス	米、押麦、油	豚もも肉	玉ねぎ、人参、マッシュルーム	ハヤシルウ、ケチャップ、中濃ソース
水			里芋サラダ	里芋、マヨドレ	ツナ缶	きゅうり、人参	醤油
			スティックチーズ		スティックチーズ		
		_	りんご		41.14	りんご	
20	午後おやつ	_	鶏塩うどん	干しうどん、油	鶏もも肉	人参、長ねぎ、ごぼう	かつお節、みりん風、昆布、酒、塩
20	昼食		菜めし	*	十 始三時	小松菜	醤油、酒、みりん風、昆布、塩
木			豆腐となめこの味噌汁	L. 無火、一次19時	木綿豆腐	なめこ、長ねぎ	米みそ、煮干し、昆布
			レンコンのつくね焼き	片栗粉、三温糖 油、三温糖	鶏ひき肉	レンコン、人参、生椎茸、生姜	醤油、かつお節、みりん風、塩
			切干大根ときゅうりのサラダ	油、三温糖		きゅうり、人参、切干大根	酢、醤油、塩
	ケダヤルー	_	バナナ		小 園	バナナ	
	午後おやつ) 午乳) 大学芋	ナーキ 二油棒 相ばか 田 デナ	牛乳		酢、醤油
21	昼食	_	五目中華ラーメン	さつま芋、三温糖、揚げ油、黒ごま 焼きそばめん、コーン缶、油、ごま油	豚もも肉	キャベツ、もやし、人参、生姜	野、 醤油、昆布、中華だしの素、塩
金	生民	-	ユロヤギノ	じゃが芋、油	ベーコン	玉ねぎ	塩、こしょう
717		-	ブィーマンボテト	しゃが子、油	/ 32	ブロッコリー	塩
			みかん			みかん	塩
	午後おやつ	_	サ乳 生乳		牛乳	07/1·70	
	一段のドラ		十九	米、油	鶏ひき肉、挽きわり納豆	長ねぎ、人参	醤油、酒、塩
22	昼食	_	ごはん	*	海しこ内、沈さりが耐立	及ねることを	西川、川、畑
±	空及		さつま芋の味噌汁	さつま芋		玉ねぎ	米みそ、煮干し、昆布
			鶏肉の甘酢炒め	油、三温糖、片栗粉	鶏もも肉	玉ねぎ、人参	ケチャップ、酒、酢、塩
			小松菜のナムル	ごま油、三温糖	M 0 0 0 0	小松菜、もやし、人参	醤油
	午後おやつ	_		こる川、二畑和	上 牛乳	7個無(ひじび八多	四川
	1 1205 ()		レモンシュガートースト	食パン、油、三温糖	1 30	レモン果汁	
25	昼食	_	麦入りごはん	米、押麦			
火			切干大根のすまし汁		カットわかめ	人参、切干大根	かつお節、昆布、醤油、塩
		3	ぶりのごま味噌焼き	白ごま、三温糖	ブリ		米みそ、酒、みりん風、醤油
		4	ひじきと大豆の煮物	さつま芋、三温糖、油	大豆水煮、油揚げ、乾燥ひじき、鶏もも肉	人参、さやいんげん	醤油、かつお節、酒、みりん風
		(5)	オレンジ			オレンジ	
	午後おやつ	1	牛乳		牛乳		
		2	ポンデケージョ	ミックス粉、白玉粉	牛乳、粉チーズ		塩
26	昼食	1	麦入りごはん	米、押麦			
水			キャベツスープ			キャベツ、しめじ	昆布、コンソメ、塩
		3	ポークビーンズ	油、三温糖	豚もも肉、大豆水煮	玉ねぎ、人参、トマトピューレ	ケチャップ、塩
			ブロッコリーサラダ	油、三温糖	ツナ缶	ブロッコリー、人参	酢、塩
		_	りんご			りんご	
	午後おやつ				牛乳		
		_	米粉のきなこケーキ	米粉、三温糖、油	豆乳、スキムミルク、きな粉		ベーキングパウダー
27	昼食		ごはん	*			
木			じゃが芋のスープ	じゃが芋	NA	玉ねぎ、万能ねぎ	昆布、コンソメ、塩
			カレイのカレームニエル	米粉、油	カレイ		塩、カレー粉、こしょう
			ほうれん草とコーンのソテー	コーン缶、油		ほうれん草、人参、えのき茸	醤油、塩、こしょう
		_	バナナ			バナナ	
	午後おやつ				牛乳		and a contract of
		_	肉まん風蒸しパン	小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉	豚ひき肉	生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜	醤油、ベーキングパウダー、塩
28	昼食		麦入りごはん	米、押麦			W 7. 7 # T E +
金			舞茸と大根の味噌汁	担保法 上無火 一泡蛙	厚揚げ	大根、舞茸	米みそ、煮干し、昆布
			鶏肉のレモン風味	揚げ油、片栗粉、三温糖	鶏もも肉	レモン果汁	醤油、酒、塩
			キャベツのサラダ	油、三温糖		キャベツ、きゅうり、人参	酢、塩
	F/4+11-	-	みかん		44.10	みかん	
	午後おやつ				牛乳	カルギナット	
20	日舎	_	スイートパンプキン 豚ュそせ	三温糖、バター ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	生クリーム	かぼちゃ エカギ 小松苺 しめじ にんにく 生美	ツルマ 醤油 Tim
29 土	昼食		豚みそ丼	米、油、三温糖、片栗粉	豚もも肉	玉ねぎ、小松菜、しめじ、にんにく、生姜	米みそ、醤油、酒
_			わかめと油揚げのすまし汁 かぼちゃの甘煮	三温糖	油揚げ、カットわかめ	人参、長ねぎ かぼちゃ	かつお節、昆布、醤油、塩みりん風、醤油、かつお節
	午後おやつ	_		—/血作i	牛乳	かゆうと	ッケッ/ 0周に西川、か 2の即
	TIXON Y		/ 午乳 豆腐ブラウニー	ミックフ料 二温糖 油	十名 絹ごし豆腐		777
ட			/ <u> 豆腐ノフリー</u> 午前のおやつとして、牛乳がつ:	ミックス粉、三温糖、油	村に リエ	<u> </u>	ココア

※乳児クラスは、午前のおやつとして、牛乳がつきます。

※園の行事、その他の都合で、献立を変更する場合があります。

※食育の予定・箸の持ち方について 17日(月)…うみ組

18日(火)…かぜ組 25日(火)…そら組 26日(水)…にじ組

・キャベツちぎり ※お弁当デーの予定

26日(水)…にじ組 20日(木)…うみ組 25日(火)…そら組



