

| | (月) 28 | (火) 29 | (水) 16 30 | (木) 17 31 | (金) 4 18 | (土) 5 19 |
|--------|--|---|---|---|---|--|
| 昼 食 | 【麦ごはん】 米 押麦 【芋煮】 和牛・かたろース さといも にんじん ぶなしめじ 生揚げ こまつな なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん かつお・昆布だし 【水菜のみそ汁】 みずな まいたけ 淡色辛みそ かつお・昆布だし | 【麦ごはん(丼)】 米 押麦 【根菜カレー】 若鶏・もも にんじん たまねぎ 大根 れんこん ごぼう なたね油 カレールー 普通牛乳 【星のコロッケ】 星のコロッケ 【えのきのスープ】 えのきたけ なす 固形ブイヨン 食塩 【ラムネ】 ラムネ | 【麦ごはん】 米 押麦 【こどもエビチリ】 むきえび 木綿豆腐 にんじん たまねぎ たけのこ グリーンピース しょうが 根深ねぎ にんにく ごま油 三温糖 中華だし 合成清酒 こいくちしょうゆ トマトケチャップ 穀物酢 じゃがいもでん粉 【もずくのスープ】 もずく こまつな 中華だし 食塩 | 【麦ごはん】 米 押麦 【鮭のちゃんちゃん焼き】 鮭 キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 淡色辛みそ 【かぶのおすまし】 かぶ しいたけ うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし | 【ロールパン】 ロールパン 【グラタン】 豚・ひき肉 にんじん たまねぎ ぶなしめじ ブロッコリー マカロニ 有塩バター 固形ブイヨン デミグラスソース トマトピューレー ウスターソース 食塩 こしょう チーズ 薄力粉 【かぼちゃの豆乳スープ】 かぼちゃ さやいんげん 調整豆乳 固形ブイヨン 食塩 | 【麦ごはん(丼)】 米 押麦 【豚肉の塩だれ丼】 豚・かたろース にんじん たまねぎ もやし キャベツ 根深ねぎ ごま油 中華だし 合成清酒 食塩 レモン・果汁 じゃがいもでん粉 【レタスのスープ】 レタス 絹ごし豆腐 中華だし 食塩 |
| | 【ほうれん草スコーン】 薄力粉 ベーキングパウダー 三温糖 有塩バター 調整豆乳 ほうれんそう 【牛乳】 普通牛乳 | 【ツナチーズサンド】 ロールパン シーチキン チーズ マヨドレ 【牛乳】 普通牛乳 | 【黒ゴマプリン】 黒ゴマプリン 【減塩ぱりんこ】 減塩ぱりんこ 【牛乳】 普通牛乳 | 【スイートポテト】 さつまいも 三温糖 有塩バター 鶏卵 普通牛乳 【豆乳】 調整豆乳 | 【昆布のおにぎり】 米 塩昆布 【牛乳】 普通牛乳 | 【ぼたぼた焼き】 ぼたぼた焼き 【牛乳】 普通牛乳 |
| 午後おやつ | | | | | | |

| | (月) 21 | (火) 8 22 | (水) 9 23 | (木) 10 24 | (金) 25 | (土) 12 26 |
|----|--|---|---|--|--|---|
| 昼食 | 【しっぽうどん】 若鶏・もも さといも にんじん たまねぎ 大根 葉ねぎ うどん 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩 かつお・昆布だし 【白菜とツナの和え物】 はくさい シーチキン キャベツ にんじん こいくちしょうゆ | 【じゅーしーごはん】 米 ひじき 乾しいたけ みつば 中華だし 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 【チャンプルー】 豚・かたろース 木綿豆腐 にんじん たまねぎ もやし こまつな なたね油 こいくちしょうゆ みりん 食塩 かつお・昆布だし 【マッシュルームのスープ】 マッシュルーム えだまめ 中華だし 食塩 | 【ロールパン】 ロールパン 【クリームシチュー】 若鶏・もも じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー ぶなしめじ 有塩バター 普通牛乳 クリームチーズ 固形ブイヨン 食塩 薄力粉 【彩りサラダ】 レタス きゅうり 赤パプリカ コーン(缶詰) 穀物酢 三温糖 こいくちしょうゆ 食塩 | 【麦ごはん】 米 押麦 【鰯の照り焼き】 鰯 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 【青菜の納豆和え】 こまつな しゅんぎく にんじん 油揚げ 挽きわり納豆 こいくちしょうゆ かつお節 【なめこのみそ汁】 なめこ 生わかめ 淡色辛みそ かつお・昆布だし | 【麦ごはん(丼)】 米 押麦 【ビビンバ丼】 牛・ひき肉 豚・ひき肉 にんじん たまねぎ にら チンゲンサイ 大豆もやし にんにく ごま油 三温糖 中華だし こいくちしょうゆ 【大根のスープ】 大根 葉ねぎ 中華だし 食塩 | 【麦ごはん】 米 押麦 【豚肉とカリフラワーのトマト煮】 豚・かたろース カリフラワー たまねぎ かぶ エリンギ さやいんげん なたね油 三温糖 固形ブイヨン トマト缶 ウスターソース 食塩 【じゃが芋のスープ】 じゃがいも セロリ 固形ブイヨン 食塩 |
| | 午後おやつ 【焼き飯】 米 ベーコン コーン(缶詰) グリーンピース ごま油 こいくちしょうゆ 中華だし 食塩 【牛乳】 | 【シュガートースト】 食パン マーガリン グラニュー糖 【豆乳】 調整豆乳 | 【バナナ】 バナナ 【牛乳】 普通牛乳 | 【レーズンケーキ】 薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 三温糖 有塩バター 干しぶどう 【牛乳】 普通牛乳 | 【高野豆腐のかりんとう風】 高野豆腐 片栗粉 黒砂糖 なたね油 【牛乳】 普通牛乳 | 【うす焼き醤油せんべい】 うす焼き醤油せんべい 【牛乳】 普通牛乳 |

| | (月) 7 | (火) 15 | | | (金) 11 | |
|-----------|--|--|--|--|--|--|
| 昼 食 | 【七草うどん】 若鶏・もも 七草 にんじん たまねぎ ごぼう かまぼこ うどん 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩 かつお・昆布だし | 【麦ごはん(丼)】 米 押麦 【根菜カレー】 若鶏・もも にんじん たまねぎ 大根 れんこん ごぼう なたね油 カレールウ 普通牛乳 | | | 【麦ごはん(丼)】 米 押麦 【ビビンバ丼】 牛・ひき肉 豚・ひき肉 にんじん たまねぎ にら チンゲンサイ 大豆もやし にんにく ごま油 三温糖 中華だし こいくちしょうゆ 【大根のスープ】 大根 葉ねぎ 中華だし 食塩 | |
| | 【白菜とツナの和え物】 はくさい シーチキン キャベツ にんじん こいくちしょうゆ | 【えのきのスープ】 えのきたけ なす 固形ブイヨン 食塩 | | | | |
| 午後 おやつ | 【焼き飯】 米 ベーコン コーン(缶詰) グリーンピース ごま油 こいくちしょうゆ 中華だし 食塩 【牛乳】 | 【ツナチーズサンド】 ロールパン シーチキン チーズ マヨドレ 【牛乳】 普通牛乳 | | | 【白玉おもち(乳児:マカロニきな粉)】 白玉粉 絹ごし豆腐 きな粉 三温糖 (マカロニ) 【牛乳】 普通牛乳 | |