

献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
										1	
											牛乳 ハムマヨパニーニ チーズ
											牛乳 せんべい・クッキー
3	歯の日	4		5		6		7		8	
	御飯 さばの竜田揚げ じゃがいもきんぴら キャベツのみそ汁 牛乳 歯固めクッキー		御飯 鶏ささ身のレモン風味 小松菜とちくわの和え物 じゃがいもとえのきのみそ汁 飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)		御飯 まぐろのフライ ブロッコリーのサラダ キャベツとわかめのみそ汁 牛乳 きな粉トースト		御飯 じゃがいもとピーマンのみそ炒め チンゲン菜のおかか和え 豆腐ともやしのすまし汁 牛乳 しらすとキャベツの和風スパゲティ		御飯 鶏肉の照焼 白菜と油揚げの煮浸し 小松菜としめじのみそ汁 牛乳 小松菜団子		牛乳 ハヤシライス チーズ 牛乳 せんべい・クッキー
10		11		12		13		14		15	
	御飯 さわらのきのこみそ焼き きゅうりのゆかり和え チンゲン菜のすまし汁 お茶 菜っ葉おにぎり		御飯 甘酢から揚げ 小松菜の納豆あえ さつまいもと大根の豆乳みそ汁 牛乳 ミニ黒糖ツイスト		五目チャーハン キャベツとコーンの中華風サラダ 中華スープ 牛乳 高野豆腐のコロコロ揚げ		御飯 鶏肉のマーマレード焼き ひじきのマヨネーズ和え じゃがいもとほうれん草のみそ汁 牛乳 焼きそば		御飯 豚肉と青菜の炒め物 ブロッコリーのごま酢あえ 豆腐とえのきのみそ汁 お茶 ヨーグルト・バナナ		牛乳 チキンカレー コーンサラダ チーズ 牛乳 せんべい・クッキー
17		18		19		20		21		22	
	御飯 赤魚の煮付け 白菜のボン酢和え かぼちゃのみそ汁 お茶 コーンフレーク		御飯 豚肉のねぎだれ焼き きゅうりの酢の物 小松菜と厚揚げのみそ汁 牛乳 黒糖蒸しパン		牛乳・ロールパン トマトシチュー コールスローサラダ オレンジ お茶 手作りふりかけおにぎり おやつ昆布(3~5歳)		御飯 豚肉のしぐれ煮 ピーマンのツナあえ 白菜とわかめのみそ汁 牛乳 にんじんクッキー		御飯 炒り豆腐 おくらのお浸し さつまいもとほうれん草のみそ汁 牛乳 中華おこわ		牛乳 ミートドリア チーズ 牛乳 せんべい・ゼリー
24		25	お楽しみメニュー	26		27		28		29	
	御飯 鮭のマヨネーズ焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃとキャベツのみそ汁 牛乳 トマトゼリー		チキンライス 千切り大根ときゅうりのサラダ 野菜スープ ウインナー 牛乳 ココアケーキ		御飯 チャプチェ 小松菜のナムル わかめスープ 牛乳 マシュマロリッツサンド		御飯 あじの梅みそ焼き かぼちゃのそぼろあんかけ 大根のすまし汁 牛乳 中華ビーフン		御飯 豚じゃが オクラとおかかのボン酢和え 豆腐と小松菜のみそ汁 牛乳 きなこ団子		牛乳 ウインナー・コルネ チーズ 牛乳 せんべい・クッキー