

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	御飯 豚肉のしょうが焼き 大根の塩昆布和え 小松菜と豆腐のみそ汁	2	御飯 鶏肉のマーマレード焼き チンゲン菜としらすの和え物 かぼちゃとしめじのみそ汁	3	牛乳・ロールパン ポークシチュー ほうれん草のサラダ バナナ	4	御飯 なすとひき肉の甘辛炒め 小松菜のツナあえ 大根と豆腐のみそ汁	5	牛乳 チキンライス 野菜スープ チーズ
			牛乳 黒ごまマフィン		飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)		お茶 しらすおにぎり おやつ昆布(3~5歳)		牛乳 スイートポテト		牛乳 せんべい・クッキー
7		8	御飯 豚肉と野菜のみそ炒め ブロッコリーのおかか和え 白菜のすまし汁	9	御飯 大根と鶏肉の煮物 きゅうりとわかめの酢の物 小松菜のみそ汁	10	目の日	11	御飯 豚肉ときのこのポン酢炒め キャベツのたくあん和え じゃがいものみそ汁	12	牛乳 ウィンナーコルネ チーズ ゼリー
			牛乳 中華風ビーフン		牛乳 マシュマロリッツサンド		牛乳 しらすチャーハン		牛乳 高野豆腐のコロコロ揚げ		牛乳 せんべい・クッキー
14		15	御飯 赤魚と切干大根のあんかけ 小松菜の中華風のり和え キャベツのみそ汁	16	御飯 ニラと豚肉の甘辛炒め 白菜とちくわのポン酢和え かぼちゃと豆腐のみそ汁	17	御飯 えのき入りのしどり風 ほうれん草の納豆あえ 大根のすまし汁	18	御飯 まぐろのフライ コーンサラダ 野菜スープ	19	牛乳 鶏肉の照焼丼 野菜スープ チーズ
	スポーツの日		牛乳 麩のシュガーラスク		牛乳 おからスコーン		牛乳 カスタードロール		牛乳 肉みそスパゲティ		牛乳 せんべい・クッキー
21		22	お楽しみメニュー ピラフ ブロッコリーのツナサラダ コンソメスープ バナナ	23	御飯 豚肉のすき焼き風煮物 三色なます おふと小松菜のみそ汁	24	御飯 鶏ささ身の甘酢あんかけ ひじきのマヨネーズ和え わかめとじゃがいものみそ汁	25	御飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ	26	牛乳 きな粉マカロニ
			お茶 こんぶ入り青菜おにぎり		牛乳 お好み焼き		牛乳 ココアクリームサンド			うきうきフェスタ	
28		29	御飯 さわらの塩麹焼き 小松菜のごま酢和え かぼちゃとわかめのみそ汁	30	御飯 豚肉のしぐれ煮 ブロッコリーの白和え チンゲン菜のすまし汁	31	ハロウィン 御飯 チキン南蛮 きゅうりのゆかり和え 大根と白菜のみそ汁				
			牛乳 焼きそば		お茶 コーンフレーク		牛乳 パンプキンケーキ				