

# 献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
2	防災の日	3		4		5		6		7	
五目混ぜご飯(3~5歳) 御飯(1~2歳)  さけの塩焼き  干切大根とキャベツのおかか和え  小松菜のみそ汁  牛乳 リッツ		牛乳・ロールパン  さつまいもときのこの クリームシチュー  ひじきとツナのさっぱり和え  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  豚肉のねぎだれ焼き  小松菜の磯和え  豆腐となすのみそ汁  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  鶏肉ののり塩唐揚げ  白菜と油揚げの煮浸し  大根とほうれん草のみそ汁  お茶 コーンフレーク		御飯  豚肉のすき焼き風煮物  きゅうりの酢の物  じゃがいものみそ汁  牛乳 ごぼうとごまのクッキー		牛乳  ピラフ  野菜スープ  チーズ  牛乳 せんべい・クッキー	
9		10		11	郷土料理【山梨県】	12		13		14	
御飯  さわらの野菜あんかけ  きゅうりの塩昆布和え  わかめとえのきのみそ汁  牛乳 きなこ団子		御飯  鶏肉の照焼  キャベツのじゃこサラダ  小松菜と豆腐のみそ汁  牛乳 ポパイチヂミ		御飯  鮭の塩麹焼き  ほうれん草と白菜の中華風海苔和え  ほうとう風汁  牛乳 ぶどうゼリー		御飯  厚揚げのみそ炒め  ブロッコリーとツナの和え物  キャベツのすまし汁  牛乳 蒸しパン(さつまいも)		御飯  ハンバーグ  ポテトサラダ  野菜スープ  牛乳 クリームサンド		牛乳  パン  ゼリー  チーズ  牛乳 せんべい・クッキー	
16		17	お月見メニュー	18		19		20		21	
敬老の日		御飯  赤魚の煮付け  小松菜と大豆ミートのソテー  さといものみそ汁  牛乳 さつま芋団子		御飯  回鍋肉  春雨サラダ  中華スープ  お茶 ヨーグルト・バナナ		御飯  まぐろの竜田揚げ  チンゲン菜のとろみ炒め  豆腐と白菜のみそ汁  牛乳 チャーハン		御飯  豚じゃが  大根のゆかり和え  おふのみそ汁  牛乳 マシュマロリッツサンド		牛乳  パン  ゼリー  チーズ  牛乳 せんべい・クッキー	
		牛乳 麩ののり塩ラスク									
23		24		25	お楽しみメニュー	26		27		28	
振替休日		御飯  さばのごま味噌焼き  ほうれん草のお浸し  かぼちゃのすまし汁  牛乳 麩ののり塩ラスク		御飯  油淋鶏  マカロニサラダ  野菜スープ  牛乳 パイナップルケーキ		御飯  豚肉と野菜のカレー炒め  小松菜の納豆あえ  キャベツと絹揚げのみそ汁  お茶 わかめおにぎり		御飯  鶏肉とさつまいもの煮物  白菜とちくわのさっぱり和え  大根の豆乳みそ汁  牛乳 ミニ黒糖ツイスト		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	
30		31									
御飯  さわらのみそ煮  チンゲン菜のごま和え  じゃがいものすまし汁  牛乳 焼きそば											