

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 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | |
| | | 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 牛乳 黒ごまマフィン | 御飯 鶏肉のマーメレード焼き 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 飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース) | 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 お茶 しらすおにぎり おやつ昆布(3~5歳) | 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 牛乳 スイートポテト | 牛乳 ハヤシライス ツナサラダ チーズ 牛乳 せんべい・クッキー | | | | | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | | | | | | |
| 御飯 鮭のカレーパン粉焼き ひじきとコーンのサラダ さつまいもと大根の豆乳みそ汁 牛乳 中華風ビーフン | 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 牛乳 マシュマロリッツサンド | 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 牛乳 肉みそスパゲティ | 御飯 さばの竜田揚げ かぼちゃの甘煮 豚汁 牛乳 にんじんクッキー | 御飯 豚肉ときのこのボン酢炒め キャベツのたくあん和え じゃがいものみそ汁 牛乳 高野豆腐のココロ揚げ | 牛乳 ミニ黒糖ツイスト ゼリー チーズ 牛乳 せんべい・クッキー | | | | | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | | | | | | |
| スポーツの日 | 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 牛乳 麩のシュガーラスク | 御飯 ニラと豚肉の甘辛炒め 白菜とちくわのボン酢和え かぼちゃと豆腐のみそ汁 牛乳 おからスコーン | 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 お茶 コーンフレーク | 御飯 まぐろのフライ コーンサラダ 野菜スープ 牛乳 ミニストロベリーツイスト | 牛乳 チーズハムデニッシュ ゼリー チーズ 牛乳 せんべい・クッキー | | | | | | |
| | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | | | | | | |
| 御飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き じゃがいもきんぴら キャベツのすまし汁 お茶 こんぶ入り青菜おにぎり | 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 牛乳 さつまいもケーキ | 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 牛乳 お好み焼き | 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 牛乳 ココアクリームサンド | 御飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ 牛乳 きな粉マカロニ | 牛乳 カレーライス ゼリー チーズ 牛乳 せんべい・クッキー | | | | | | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | | | | | | |
| 御飯 さわらの塩麴焼き 小松菜のごま酢和え かぼちゃとわかめのみそ汁 お茶 ヨーグルト・バナナ | 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 | 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 牛乳 しらすチャーハン | ハロウィン チキンカレー 4色サラダ オレンジ 牛乳 パンブキンケーキ | | | | | | | | |