

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 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | 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 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 ツナのおんかけ丼 チーズ ゼリー 牛乳 せんべい クッキー | |
| 7 | 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 ミニストロベリーツイスト | 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 高野豆腐のコロコロ揚げ | | 牛乳 カレーライス チーズ ゼリー 牛乳 せんべい クッキー |
| 14 | スポーツの日 | 御飯 赤魚と切干大根のおんかけ 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 肉みそスパゲティ | | 牛乳 ハヤシライス チーズ ゼリー 牛乳 せんべい クッキー | |
| 21 | | 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 チーズ ゼリー 牛乳 せんべい クッキー | | | | |
| 28 | 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 | | | | | | | |