

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		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		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		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 ハヤシライス ツナサラダ 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		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		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		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		御飯 さばの竜田揚げ かぼちゃの甘煮 豚汁		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		牛乳 パン ゼリー チーズ
		牛乳 中華風ビーフン		牛乳 マシュマロリッツサンド		牛乳 ミニストロベリーツイスト		牛乳 にんじんクッキー		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		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		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		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		御飯 まぐろのフライ コーンサラダ 野菜スープ		牛乳 ポークカレー コーンサラダ チーズ
			牛乳 麩のシュガーラスク		牛乳 おからスコーン		お茶 コーンフレーク		牛乳 肉みそスパゲティ		牛乳 せんべい・クッキー	
21			22		23		24		25		26	
		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		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		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		御飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ		牛乳 パン ゼリー チーズ
		お茶 こんぶ入り青菜おにぎり		牛乳 さつまいもケーキ		牛乳 お好み焼き		牛乳 ココアクリームサンド		牛乳 きな粉マカロニ		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		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		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		ハロウィン チキンカレー 4色サラダ オレンジ				
		お茶 ヨーグルト・バナナ		牛乳 焼きそば		牛乳 しらすチャーハン		牛乳 パンプキンケーキ				