

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				血や肉をつくる	熱や力となる	体の調子をよくする
1	木	チュモツパ ヤンニョムチキン チョレギサラダ わかめスープ オレンジ	牛乳 にらとしらすのチヂミ	ツナ、鶏肉、豆腐、かつお節、牛乳、しらす	米、ノンエッグマヨネーズ、ごま、ごま油、油 砂糖、小麦粉、片栗粉	きゃべつ、きゅうり、人参、えのき、ねぎ、わかめ オレンジ、にら、海苔
2・26	金・月	ごはん 鮭の塩こうじ焼 やまぶき和え 肉じゃが えのきと油揚げみそ汁	牛乳 豆腐のいちごドーナツ	鮭、豚肉、かつお節、油揚げ、豆腐、みそ 牛乳	米、春雨、砂糖、じゃがいも、白滝、油 いちごパウダー	きゃべつ、小松菜、人参、コーン、玉ねぎ、えのき
3・17・31	土	しょうゆラーメン 揚げしゅうまい ブロッコリーとツナのおかか和え	牛乳 米粉パンハムチーズサンド	かまぼこ、かつお節、ツナ、牛乳、しょうまい ハム、チーズ	中華麺、油、砂糖、ごま油、米粉パン ノンエッグマヨネーズ	もやし、きゃべつ、人参、ねぎ、ブロッコリー
5・19	月	ごはん ほっけみりん焼き 切干大根炒め煮 ハンパンジーサラダ トマト 麩のすまし汁	牛乳 大学芋	ほっけ、かつお節、鶏肉、みそ、麩、牛乳	米、砂糖、油、ごま、ごま油、さつまいも	切干大根、ほうれん草、人参、干しいたけ、おくら もやし、トマト、しめじ、ねぎ、小松菜、わかめ
6	火	冷やしうどん 鶏肉の唐揚げサラダ サイダーボンチ 	牛乳 手作りピザ コーンマヨ	かにかまぼこ、卵、油揚げ、かつお節、鶏肉 牛乳、ウインナー、チーズ	うどん、砂糖、油、ごま、ごま油、サイダー、小麦粉 米粉、ノンエッグマヨネーズ	きゅうり、もやし、きゃべつ、人参、コーン、ひじき みかん缶、パイナップル缶、もも缶
7・21	水	ピピン丼 ひじき春巻 もずくスープ カップヨーグルト	牛乳 すいか せんべい	豚肉、大豆、鶏肉、かつお節、牛乳 ヨーグルト、ハム	米、油、砂糖、ごま油、ごま、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ、春巻の皮、小麦粉、せんべい	小松菜、コーン、もやし、人参、切干大根、ひじき 玉ねぎ、もずく、えのき、すいか
8・22	木	さつまいもパン タンダーチキン ツナソテー いかくんサラダ ジュリアンスープ 牛乳	お茶 レーズンパン粉クッキー	鶏肉、ヨーグルト、ツナ、さきいか、豚肉 卵、かつお節、牛乳	パン、スパゲティ、油、砂糖、パン粉、小麦粉 バター	玉ねぎ、ピーマン、ひじき、きゃべつ、きゅうり コーン、人参、大根
9・23	金	ミートソーススパゲティ オリンピックサラダ ほうれん草スープ すいかゼリー	牛乳 きつねおにぎり	豚肉、大豆、チーズ、ベーコン、油揚げ、かつお節 牛乳	スパゲティ、油、バター、砂糖、小麦粉 じゃがいも、ゼリー素、米	玉ねぎ、マッシュルーム、大根、きゃべつ、 ブロッコリー、ピーマン、きくらげ、ほうれん草 すいか、人参
10・24	土	豚丼 ツナときゅうりの酢の物 しめじともやしみそ汁 	牛乳 小松菜マドレーヌ	豚肉、ツナ、みそ、かつお節、牛乳	米、白滝、砂糖、小麦粉、バター	玉ねぎ、人参、きゅうり、大根、しめじ、もやし 小松菜、わかめ
13・27	火	ごはん スコップコロケ パインサラダ 冬瓜の煮物 コーンスープ	牛乳 プリン	じゃがいも、ツナ、牛乳、チーズ、生揚げ、かつお節 卵、牛乳	米、油、パン粉、砂糖、プリン素	玉ねぎ、きゃべつ、きゅうり、パイナップル缶、冬瓜 人参、いんげん、コーン、みかん缶
14・28	水	鶏塩うどん わかさぎ唐揚げ マセドアンサラダ	牛乳 米粉いちごマフィン	鶏肉、油揚げ、かつお節、わかさぎ、牛乳 卵	うどん、砂糖、油、ごま油、さつまいも ノンエッグマヨネーズ、米粉、いちごパウダー バター	大根、人参、しめじ、ねぎ、わかめ、コーン
15・29	木	ピタパン 煮込みチーズハンバーグ フライドポテト ブロッコリーとしめじソテー レンズ豆スープ	お茶 パンナコッタ	ハンバーグ、チーズ、レンズ豆、かつお節 牛乳、生クリーム	パン、小麦粉、マカロニ、油、バター、じゃがいも ごま、パンナコッタ素	玉ねぎ、マッシュルーム、人参、ブロッコリー しめじ、ピーマン、わかめ、きゃべつ、もも缶
16	金	コロケカレーライス チップスサラダ 春雨スープ ミックスゼリー&フルーツミックス	牛乳 麩ラスク	コロケ、鶏肉、生クリーム、チーズ、豆腐 卵、かつお節、牛乳	米、じゃがいも、油、小麦粉、バター、春雨 ノンエッグマヨネーズ、ポテトチップス、ゼリー 麩	玉ねぎ、人参、きゃべつ、きゅうり、コーン 小松菜、フルーツミックス缶
20	火	長崎ちゃんぽん麺 とり天 小松菜のごま和え	牛乳 いなり寿司	豚肉、さつまいも揚げ、なると、鶏肉、卵、牛乳 油揚げ	中華麺、油、小麦粉、ごま、米、砂糖	きゃべつ、人参、もやし、ねぎ、きくらげ 小松菜
30	金	スタミナピラフ えびフライ チーズサラダ トマトと卵スープ 冷凍みかん 	牛乳 ロールケーキ	鶏肉、えび、チーズ、卵、かつお節、牛乳	米、バター、砂糖、パン粉、油、ロールケーキ チョコスプレー	玉ねぎ、人参、コーン、きゃべつ、きゅうり、ピーマン トマト、みかん、さくらんぼ缶

\*10時おやつ・・・1・2歳児には牛乳がつきます。  
 ※献立などは材料や仕入れの関係で変更する場合がございます。

