

日	曜	献立	離乳食献立	使用する主な食品名	おやつ	
					10時(未満児)	3時(全児童)
1	金	牛肉と南瓜の醤油炒め・果物 ひじきのサラダ・味噌汁	白がゆ・南瓜煮・温野菜サラダ 味噌汁・果物	牛肉・南瓜・レタス・わかめ・胡瓜 人参・ひじき・竹輪・豆腐・大根	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
2	土	食パン・クリームシチュー グリーンサラダ・果物	パンがゆ・野菜のクリーム煮 果物	豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・胡瓜 ブロッコリー・胡瓜・レタス	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
3	日					
4	月	チキンカレー・サラダ・福神漬け	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋 マカロニ・ハム・胡瓜	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
5	火	鱈フライ・人参ソース・味噌汁 千切りキャベツ・ミニトマト	人参がゆ・味噌汁・果物 鱈と野菜のあんかけ煮	鱈・小麦粉・パン粉・卵・キャベツ 人参・わかめ・豆腐・もやし	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
6	水	大豆と手羽先の煮物・味噌汁 切干大根の煮物・果物	白がゆ・大豆と野菜のスープ煮 いり卵	大豆・手羽先・長葱・生姜・わかめ 人参・切干大根・もやし・豆腐	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
7	木	五目ラーメン・ゆで卵・バナナ	五目うどん・バナナ	中華麺・鶏肉・人参・メンマ・椎茸 なると・長葱・卵・昆布・煮干	お茶・お菓子	お菓子 ヨーグルト
8	金	白菜のクリーム煮・吸物 中華風サラダ・果物	白がゆ・白菜のクリーム煮 味噌汁	鶏肉・白菜・しめじ・人参・わかめ もやし・胡瓜・カニカマ・豆腐	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
9	土	食パン・ポトフ スパゲティサラダ・果物	パンがゆ 具たくさん野菜スープ	シャウエッセン・人参・玉葱 じゃが芋・パスタ・胡瓜・ハム	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
10	日					
11	月	建国記念の日				
12	火	ホッケののり煮・味噌汁 ひじきのサラダ	白がゆ・魚ののり煮 ひじきのサラダ・味噌汁・果物	ホッケ・小松菜・人参・もやし ひじき・ツナ缶・ワカメ・豆腐	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
13	水	八宝汁・十六穀ご飯 おひたし・ゆで卵・果物	白がゆ・八宝汁・果物 おひたし	ひき肉・板かま・豚肉・人参・白菜 筍・長葱・たくあん・胡麻	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
14	木	和風スパゲティ・ポテトサラダ スープ・バナナ	スープスパゲティ マッシュポテト・卵スープ	パスタ・玉葱・きのこ・じゃが芋 胡瓜・ハム・人参・ワカメ・卵	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
15	金	から揚げ・千切りキャベツ ミニトマト・味噌汁・果物	白がゆ・鶏と野菜の煮物 すまし汁	鶏肉・キャベツ・ミニトマト 小松菜・豆腐・わかめ・人参	お茶・お菓子	ケーキ ヨーグルト
16	土	食パン・ビーフシチュー ミモザサラダ・果物	パンがゆ・果物 具たくさん野菜スープ	牛肉・じゃが芋・人参・玉葱 ブロッコリー・卵・カニカマ	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
17	日					
18	月	塩わかめラーメン 揚げシュウマイ・バナナ	煮込みうどん・バナナ	中華麺・わかめ・玉葱・卵・もやし きくらげ・(冷)しゅうまい	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
19	火	カレーライス・福神漬け・サラダ	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	豚肉・玉葱・人参・じゃが芋 マカロニ・胡瓜・ハム・レタス	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
20	水	お別れ会(バイキング)	白がゆ・五目野菜の煮物・吸い物 果物	牛肉・胡瓜・竹輪・春雨・麩・人参 キャベツ・チーズ	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
21	木	鮭フライ・タルタルソース 千切りキャベツ・ミニトマト・味噌汁	白がゆ・鮭と野菜の煮込み 味噌汁・果物	鮭・卵・リンゴ・キャベツ・わかめ 豆腐・もやし・人参	お茶・お菓子	お菓子 ヨーグルト
22	金	とりかまめし・おでん ゆで卵・おひたし・果物	人参がゆ・野菜の五目あんかけ	鶏肉・人参・ごぼう・ちくわ なると・蒟蒻・薩摩揚げ・大根	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
23	土	食パン・ワンタンスープ コロッケ・果物	パンがゆ・ワンタンスープ マッシュポテト・果物	ひき肉・キャベツ・人参・干椎茸 なると(冷)コロッケ	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
24	日					
25	月	マーボ豆腐・味噌汁 カニ風味サラダ・果物	白がゆ・味噌汁 野菜と豆腐のいり煮	ひき肉・豆腐・葱・胡瓜・レタス カニカマ・キャベツ・人参・油揚げ	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
26	火	親子うどん・粉ふきいも バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	うどん・鶏肉・玉葱・人参・薩摩揚 卵・葱・じゃが芋・パセリ	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
27	水	チーズ納豆・鯖の竜田揚げ 味噌汁	納豆がゆ・野菜の五目あんかけ すまし汁	納豆・チーズ・ほうれん草・卵・鯖 小松菜・人参・豆腐	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
28	木	チキンカツ・千切りキャベツ 味噌汁・ミニトマト	白がゆ・チキンと野菜の煮込み 味噌汁・果物	鶏肉・キャベツ・小松菜・人参 豆腐・わかめ・人参	お茶・お菓子	お菓子 ヨーグルト