

🍴 2024年11月 献立表 🍴

		屋食	おやつ	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくなる
1	金	麦ごはん 魚の塩焼き 煮浸し みそ汁	牛乳 メロンパン	へにぎけ 油揚げ 牛乳	七分つき米 押麦 三温糖 メロンパン	こまつな はくさい にんじん しめじ かぼちゃ みつば
2	土	ご飯 鶏と凍り豆腐の煮物 具たくさん汁 フルーツ	牛乳 ビスケット	鶏肉 凍り豆腐 牛乳	七分つき米 三温糖 じゃがいも ビスケット	だいこん にんじん いんげん キャベツ コーン たまねぎ フルーツ
5	火	ご飯 八宝菜 中華きゅうり 中華スープ	☆焼き芋会☆ 牛乳 焼き芋	豚肉 なた 牛乳	七分つき米 ごま油 片栗粉 ごま 三温糖 さつまいも	にんじん しめじ はくさい チンゲンサイ にら たまねぎ きゅうり わかめ えのき
6	水	ロールパン クリームシチュー マカロニサラダ フルーツ	☆絵本メニュー☆ 牛乳 チーズおかかおにぎり	鶏肉 牛乳 まぐろ水煮缶 かつお節 チーズ	ロールパン 三温糖 さつまいも マカロニ オリーブ油 七分つき米	たまねぎ にんじん はくさい ブロッコリー しめじ キャベツ きゅうり コーン フルーツ
7	木	ご飯 親子煮 塩もみ みそ汁	牛乳 スイートポテト	鶏肉 卵 牛乳	七分つき米 三温糖 ふ さつまいも	たまねぎ しめじ みつば だいこん きゅうり にんじん みずな
8	金	ご飯 肉豆腐 おかか和え みそ汁	牛乳 クッキー	豚肉 豆腐 かつお節 牛乳	七分つき米 しらたき 三温糖 クッキー	長ねぎ はくさい にんじん こまつな キャベツ もやし だいこん しめじ
9	土	ツナとトマトのスパゲティ ポパイサラダ フルーツ	牛乳 ビスケット	まぐろ水煮缶 チーズ 鶏肉 牛乳	スパゲティ 三温糖 オリーブ油 さつまいも ビスケット	たまねぎ しめじ トマト ほうれんそう キャベツ きゅうり コーン はくさい フルーツ
11	月	☆地域食メニュー☆ シリアルライス さつま芋のレモン煮 スープ	牛乳 ビスケット	豚肉 牛乳	七分つき米 三温糖 さつまいも ビスケット	たまねぎ にんにく しょうが コーン 赤ピーマン キャベツ きゅうり はくさい エリンギ レモン汁
12	火	麦ごはん 煮魚 甘酢和え みそ汁	牛乳 ココア蒸しパン	まさば 生揚げ 牛乳 卵 豆乳	七分つき米 押麦 三温糖 油 ホットケーキミックス	しょうが 長ねぎ キャベツ きゅうり もやし にんじん にら
13	水	ご飯 酢鶏 ひじきサラダ スープ	牛乳 クラッカー チーズ	鶏肉 牛乳 チーズ	七分つき米 片栗粉 ごま油 三温糖 クラッカー	たまねぎ にんじん ピーマン 赤ピーマン ひじき わかめ パイン缶 こねぎ えのき キャベツ きゅうり もやし
14	木	ご飯 豚と根菜の土佐煮 酢醤油和え みそ汁	牛乳 じゃこラスク	豚肉 かつお節 豆腐 牛乳 しらす干し	七分つき米 三温糖 食パン ごま	ごぼう だいこん れんこん にんじん いんげん キャベツ きゅうり コーン こまつな なめこ 青のり
15	金	☆お誕生日会☆ コンソメライス テリマヨチキン フルーツサラダ コーンスープ	リンゴジュース モンブラン	鶏肉 牛乳 卵 豆乳 生クリーム	七分つき米 三温糖 オリーブ油 さつまいも ホットケーキミックス くり	キャベツ きゅうり コーン フルーツ ジュース
16	土	ご飯 豚と生揚げの煮物 具たくさんみそ汁 フルーツ	牛乳 おせんべい	豚肉 生揚げ 凍り豆腐 牛乳	七分つき米 三温糖 せんべい	だいこん にんじん いんげん コーン 長ねぎ わかめ フルーツ
18	月	ご飯 松風焼き 納豆和え みそ汁	牛乳 パウムクーヘン	鶏肉 納豆 牛乳	七分つき米 ごま 三温糖 片栗粉 パウムクーヘン	れんこん たまねぎ ほうれんそう もやし にんじん はくさい なめこ
19	火	ご飯 豚の生姜焼き 胡麻和え みそ汁	牛乳 ポトフ	豚肉 油揚げ 牛乳 鶏肉	七分つき米 三温糖 ごま じゃがいも マカロニ	たまねぎ しめじ しょうが ブロッコリー グリーンピース ほうれんそう もやし にんじん キャベツ だいこん
20	水	ご飯 炒り豆腐 ツナ和え みそ汁	牛乳 さつま芋もち	鶏肉 豆腐 きな粉 まぐろ水煮缶 凍り豆腐 牛乳	七分つき米 三温糖 じゃがいも さつまいも 片栗粉	ひじき たまねぎ にんじん しめじ いんげん キャベツ きゅうり 長ねぎ
21	木	コーンライス 鶏のマーマレード焼き ビーンズサラダ スープ	牛乳 中華風おこわ	鶏肉 水煮大豆 牛乳	七分つき米 もち米	コーン マーマレード にんじん きゅうり ブロッコリー はくさい エリンギ えのき グリーンピース 長ねぎ
22	金	麦ごはん 魚の香味焼き 酢の物 みそ汁	牛乳 固焼きせんべい 煮干し	まだら 牛乳 煮干し	七分つき米 押麦 ごま ごま油 三温糖 さつまいも せんべい	しょうが にんにく 長ねぎ キャベツ きゅうり わかめ もやし たまねぎ
25	月	ご飯 鶏とさつま芋の煮物 和え物 みそ汁	牛乳 おせんべい フルーツ	鶏肉 しらす干し 豆腐 牛乳	七分つき米 さつまいも 三温糖 せんべい	だいこん にんじん しめじ さやえんどう こまつな はくさい もやし なめこ フルーツ
26	火	麦ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き おひだし すまし汁	牛乳 りんご蒸しケーキ	へにぎけ 豆腐 牛乳 卵	七分つき米 押麦 三温糖 バター 油 グラニュー糖 ホットケーキミックス	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ きゅうり もやし こまつな はくさい りんご
27	水	ハヤシライス コリコリサラダ フルーツ	牛乳 おからクッキー	豚肉 牛乳 おから チーズ しらす干し 卵	七分つき米 三温糖 オリーブ油 バター 薄力粉 クッキー	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース キャベツ きゅうり だいこん フルーツ
28	木	ご飯 和風豆腐ハンバーグ ひじき煮 みそ汁	牛乳 ジャムサンド	鶏肉 豆腐 油揚げ 牛乳	七分つき米 パン粉 片栗粉 三温糖 ふ 食パン	たまねぎ えのき こねぎ ひじき にんじん れんこん いんげん わかめ ジャム
29	金	ビビンバ丼 かぼちゃの甘煮 ワカメスープ フルーツ	牛乳 レーズン入り コーンフレーク	豚肉 牛乳	七分つき米 ごま油 三温糖 コーンフロスティ	長ねぎ にんにく しょうが こまつな にんじん もやし かぼちゃ わかめ こねぎ フルーツ 干しぶどう
30	土	おにぎり 肉野菜炒め 具たくさん汁 フルーツ	牛乳 クッキー	豚肉 牛乳	七分つき米 クッキー	塩昆布 にんにく にんじん にら もやし キャベツ エリンギ だいこん こまつな 長ねぎ フルーツ

○ 乳児クラスの朝おやつは、牛乳または麦茶とクラッカー・ビスケット・小魚・するめ・昆布を日替わりで取り入れています。

○ 離乳食12カ月～18カ月のお子様には、幼児食を食べやすくしたものを提供します。誤嚥防止のため、りんご・梨・柿の提供はありません。

※ その日の仕入れ状況により、材料やメニューが変わる場合があります。

※ 咀嚼力強化のため、噛むことを目的としたおやつを取り入れています。

※ 不明な点、質問がありましたら、遠慮なく給食室までお申し出ください。

🍴 2024年11月 献立表 🍴

9~11ヶ月頃

		昼食	おやつ	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
1	金	麦入り軟飯 煮魚 煮浸し みそ汁	麦茶 食パン	ペにざげ	七分つき米 押麦 三温糖 食パン 片栗粉	こまつな はくさい にんじん しめじ かぼちゃ みつば
2	土	軟飯 鶏と凍り豆腐の煮物 具たくさん汁	麦茶 ビスケット	鶏肉 凍り豆腐	七分つき米 三温糖 じゃがいも ビスケット 片栗粉	だいこん にんじん いんげん キャベツ コーン たまねぎ
5	火	軟飯 豚の煮物 和え物 すまし汁	牛乳 さつま芋の甘煮	豚肉	七分つき米 片栗粉 三温糖 さつまいも	にんじん しめじ はくさい チンゲンサイ にら たまねぎ きゅうり わかめ えのき
6	水	食パン シチュー マカロニサラダ すまし汁	麦茶 おにぎり	鶏肉 まぐろ水煮缶	食パン 三温糖 さつまいも マカロニ 七分つき米 片栗粉	たまねぎ にんじん はくさい ブロッコリー しめじ キャベツ きゅうり コーン
7	木	軟飯 鶏の煮物 和え物 みそ汁	麦茶 さつま芋の甘煮	鶏肉	七分つき米 三温糖 ふ さつまいも 片栗粉	たまねぎ しめじ みつば だいこん きゅうり にんじん みずな
8	金	軟飯 肉と豆腐の煮物 和え物 みそ汁	麦茶 クッキー	豚肉 豆腐 かつお節	七分つき米 三温糖 クッキー 片栗粉	長ねぎ はくさい にんじん こまつな キャベツ もやし だいこん しめじ
9	土	ツナとトマトのスパゲティー煮 ポパイサラダ すまし汁	麦茶 ビスケット	まぐろ水煮缶 鶏肉	スパゲッティ 三温糖 さつまいも ビスケット 片栗粉	たまねぎ しめじ トマト ほうれんそう キャベツ きゅうり コーン はくさい
11	月	おじや さつま芋の煮物 すまし汁	麦茶 ビスケット	豚肉	七分つき米 三温糖 さつまいも 片栗粉 ビスケット	たまねぎ コーン 赤ピーマン キャベツ きゅうり はくさい エリンギ
12	火	軟飯 煮魚 和え物 みそ汁	麦茶 蒸しパン	まだら 豆乳	七分つき米 押麦 三温糖 片栗粉 ホットケーキミックス	しょうが 長ねぎ キャベツ きゅうり もやし にんじん にら
13	水	軟飯 鶏の煮物 和え物 すまし汁	麦茶 クラッカー	鶏肉	七分つき米 片栗粉 三温糖 クラッカー	たまねぎ にんじん ピーマン こねぎ 赤ピーマン ひじき わかめ キャベツ きゅうり もやし えのき
14	木	軟飯 豚の煮物 和え物 みそ汁	麦茶 トースト	豚肉 かつお節 豆腐	七分つき米 三温糖 片栗粉 食パン	だいこん にんじん いんげん キャベツ きゅうり コーン こまつな なめこ
15	金	軟飯 鶏の煮物 サラダ すまし汁	麦茶 ホットケーキ	鶏肉 豆乳	七分つき米 三温糖 さつまいも 片栗粉 ホットケーキミックス	キャベツ きゅうり コーン
16	土	軟飯 豚の煮物 具たくさんみそ汁	麦茶 おせんべい	豚肉 凍り豆腐	七分つき米 三温糖 片栗粉 せんべい	だいこん にんじん いんげん コーン 長ねぎ わかめ
18	月	軟飯 肉団子 和え物 みそ汁	麦茶 ウエハース	鶏肉 納豆	七分つき米 三温糖 片栗粉 ウエハース	たまねぎ ほうれんそう もやし にんじん はくさい なめこ
19	火	軟飯 豚の煮物 和え物 みそ汁	麦茶 ポトフ	豚肉 鶏肉	七分つき米 三温糖 じゃがいも マカロニ 片栗粉	たまねぎ しめじ グリーンピース ほうれんそう もやし にんじん キャベツ だいこん ブロッコリー
20	水	軟飯 豆腐の煮物 和え物 みそ汁	麦茶 さつま芋のきな粉和え	鶏肉 豆腐 きな粉 まぐろ水煮缶 凍り豆腐	七分つき米 三温糖 じゃがいも さつまいも 片栗粉	ひじき たまねぎ にんじん しめじ いんげん キャベツ きゅうり 長ねぎ
21	木	軟飯 鶏の煮物 サラダ すまし汁	麦茶 おじや	鶏肉 水煮大豆	七分つき米 片栗粉	コーン にんじん きゅうり ブロッコリー はくさい エリンギ えのき グリーンピース 長ねぎ
22	金	麦入り軟飯 煮魚 和え物 みそ汁	麦茶 おせんべい	まだら	七分つき米 押麦 三温糖 さつまいも せんべい 片栗粉	長ねぎ キャベツ きゅうり わかめ もやし たまねぎ
25	月	軟飯 鶏とさつま芋の煮物 和え物 みそ汁	麦茶 おせんべい	鶏肉 しらす干し 豆腐	七分つき米 さつまいも 三温糖 片栗粉 せんべい	だいこん にんじん しめじ さやえんどう こまつな はくさい もやし なめこ
26	火	麦入り軟飯 煮魚 和え物 すまし汁	麦茶 蒸しパン	ペにざげ 豆腐	七分つき米 グラニュー糖 三温糖 押麦 片栗粉 ホットケーキミックス	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ きゅうり もやし こまつな はくさい
27	水	おじや サラダ すまし汁	麦茶 おから入りホットケーキ	豚肉 おから しらす干し	七分つき米 三温糖 薄力粉 片栗粉	たまねぎ にんじん しめじ だいこん グリーンピース キャベツ きゅうり
28	木	軟飯 肉団子 ひじき煮 みそ汁	麦茶 食パン	鶏肉 豆腐	七分つき米 片栗粉 三温糖 ふ 食パン	たまねぎ えのき こねぎ ひじき にんじん いんげん わかめ
29	金	おじや かぼちゃの煮物 すまし汁	麦茶 ウエハース	豚肉	七分つき米 三温糖 片栗粉 ウエハース	長ねぎ こまつな にんじん こねぎ もやし かぼちゃ わかめ
30	土	軟飯 豚と野菜の煮物 みそ汁	麦茶 クッキー	豚肉	七分つき米 クッキー 片栗粉	にんじん にら もやし キャベツ エリンギ だいこん こまつな 長ねぎ

- 食材は事前にご家庭で試していただき、個別に確認が取れたものから提供していきます。ご協力お願いいたします。
- おやつ時の飲み物は、お子様により牛乳やフォローアップミルクで対応する場合があります。
- 月齢はあくまでも目安です。お子様の発達状況を考慮して進めていきます。
- ※ その日の仕入れ状況により、材料やメニューが変わる場合があります。
- ※ 不明な点、質問がありましたら、遠慮なく給食室までお申し出ください。

🍴 2024年11月 献立表 🍴

7～8ヶ月頃

		昼食	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
1	金	お粥 魚のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	まだら	白米 片栗粉	こまつな はくさい にんじん かぼちゃ
2	土	お粥 凍り豆腐の卵の花 野菜のやわらか煮 野菜スープ	凍り豆腐	白米	だいこん にんじん いんげん キャベツ たまねぎ
5	火	お粥 さつまいものしらす和え 野菜のやわらか煮 野菜スープ	しらす	白米 さつまいも	にんじん はくさい チンゲンサイ たまねぎ
6	水	きな粉入りパン粥 野菜のやわらか煮 野菜スープ	きな粉	白米	たまねぎ にんじん はくさい キャベツ
7	木	しらす入りお粥 野菜のやわらか煮 野菜スープ	しらす	白米	たまねぎ だいこん にんじん みずな
8	金	お粥 豆腐のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	豆腐	白米	はくさい にんじん こまつな キャベツ だいこん
9	土	お粥 さつまいものきな粉和え 野菜のやわらか煮 野菜スープ	きな粉	白米 さつまいも	たまねぎ ほうれんそう キャベツ はくさい
11	月	お粥 さつまいものしらす和え 野菜のやわらか煮 野菜スープ	しらす	白米 さつまいも	たまねぎ キャベツ はくさい
12	火	お粥 魚のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	かれい	白米 片栗粉	キャベツ にんじん
13	水	しらす入りお粥 野菜のやわらか煮 野菜スープ	しらす	白米	たまねぎ にんじん キャベツ
14	木	お粥 豆腐のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	豆腐	白米	だいこん にんじん いんげん キャベツ こまつな
15	金	お粥 さつまいものきな粉和え 野菜のやわらか煮 野菜スープ	きな粉	白米 さつまいも	キャベツ
16	土	お粥 凍り豆腐の卵の花 野菜のやわらか煮 野菜スープ	凍り豆腐	白米	だいこん にんじん いんげん
18	月	お粥 きな粉入りお粥 野菜のやわらか煮 野菜スープ	きな粉	白米	たまねぎ ほうれんそう にんじん はくさい
19	火	お粥 じゃが芋のしらす和え 野菜のやわらか煮 野菜スープ	しらす	白米 じゃがいも	たまねぎ ほうれんそう にんじん キャベツ だいこん
20	水	お粥 豆腐のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	豆腐	白米	たまねぎ にんじん いんげん キャベツ
21	木	お粥 大豆のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	水煮大豆	白米	にんじん はくさい
22	金	お粥 魚のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	まだら	白米 片栗粉	キャベツ たまねぎ
25	月	お粥 さつまいものしらす和え 野菜のやわらか煮 野菜スープ	しらす	白米 さつまいも	だいこん にんじん こまつな はくさい
26	火	お粥 豆腐のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	豆腐	白米	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな はくさい
27	水	しらす入りお粥 野菜のやわらか煮 野菜スープ	しらす	白米	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ
28	木	お粥 豆腐のやわらか煮 野菜のやわらか煮 野菜スープ	豆腐	白米	たまねぎ にんじん いんげん
29	金	お粥 かぼちゃのきな粉和え 野菜のやわらか煮 野菜スープ	きな粉	白米	こまつな にんじん かぼちゃ
30	土	しらす入りお粥 野菜のやわらか煮 野菜スープ	しらす	白米	にんじん キャベツ だいこん こまつな

- 食材は事前にご家庭で試していただき、個別に確認が取れたものから提供していきます。ご協力お願いいたします。
- 月齢はあくまでも目安です。お子様の発達状況を考慮して進めていきます。
- ※ その日の仕入れ状況により、材料やメニューが変わる場合があります。
- ※ 不明な点、質問がありましたら、遠慮なく給食室までお申し出ください。

🍴 2024年11月 献立表 🍴

5～6ヶ月頃

		屋食	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくなる
1	金	つぶし粥 魚のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	またら	白米 片栗粉	こまつな はくさい にんじん かぼちゃ
2	土	きな粉入りつぶし粥 野菜のペースト 野菜スープ	きな粉	白米	だいこん にんじん キャベツ たまねぎ
5	火	つぶし粥 さつまいものしらす和えペースト 野菜のペースト 野菜スープ	しらす	白米 さつまいも	にんじん はくさい チンゲンサイ たまねぎ
6	水	きな粉入りつぶし粥 野菜のペースト 野菜スープ	きな粉	白米	たまねぎ にんじん はくさい キャベツ
7	木	しらす入りつぶし粥 野菜のペースト 野菜スープ	しらす	白米	たまねぎ だいこん にんじん
8	金	つぶし粥 豆腐のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	豆腐	白米	はくさい にんじん こまつな キャベツ だいこん
9	土	つぶし粥 さつまいものきな粉和えペースト 野菜のペースト 野菜スープ	きな粉	白米 さつまいも	たまねぎ ほうれんそう キャベツ はくさい
11	月	つぶし粥 さつまいものしらす和えペースト 野菜のペースト 野菜スープ	しらす	白米 さつまいも	たまねぎ キャベツ はくさい
12	火	つぶし粥 魚のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	かれい	白米 片栗粉	キャベツ にんじん
13	水	しらす入りつぶし粥 野菜のペースト 野菜スープ	しらす	白米	たまねぎ にんじん キャベツ
14	木	つぶし粥 豆腐のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	豆腐	白米	だいこん にんじん キャベツ こまつな
15	金	つぶし粥 さつまいものきな粉和えペースト 野菜のペースト 野菜スープ	きな粉	白米 さつまいも	キャベツ
16	土	きな粉入りつぶし粥 野菜のペースト 野菜スープ	きな粉	白米	だいこん にんじん
18	月	きな粉入りお粥 野菜のペースト 野菜スープ	きな粉	白米	たまねぎ ほうれんそう にんじん はくさい
19	火	つぶし粥 じゃが芋のしらす和えペースト 野菜のペースト 野菜スープ	しらす	白米 じゃがいも	たまねぎ ほうれんそう にんじん キャベツ だいこん
20	水	つぶし粥 豆腐のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	豆腐	白米	たまねぎ にんじん キャベツ
21	木	つぶし粥 大豆のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	水蒸大豆	白米	にんじん はくさい
22	金	つぶし粥 魚のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	またら	白米 片栗粉	キャベツ たまねぎ
25	月	つぶし粥 さつまいものしらす和えペースト 野菜のペースト 野菜スープ	しらす	白米 さつまいも	だいこん にんじん こまつな はくさい
26	火	つぶし粥 豆腐のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	豆腐	白米	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな はくさい
27	水	しらす入りつぶし粥 野菜のペースト 野菜スープ	しらす	白米	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ
28	木	つぶし粥 豆腐のペースト 野菜のペースト 野菜スープ	豆腐	白米	たまねぎ にんじん
29	金	つぶし粥 かぼちゃのきな粉和えペースト 野菜のペースト 野菜スープ	きな粉	白米	こまつな にんじん かぼちゃ
30	土	しらす入りつぶし粥 野菜のペースト 野菜スープ	しらす	白米	にんじん キャベツ だいこん こまつな

- 食材は事前にご家庭で試していただき、個別に確認が取れたものから提供していきます。ご協力お願いいたします。
- 5～6カ月頃の栄養の中心は母乳やミルクです。離乳食は「ミルク以外の食べ物を口に取り込む練習」となりますのでゆっくりと進めていきましょう。
- 月齢はあくまでも目安です。お子様の発達状況を考慮して進めていきます。
- ※ その日の仕入れ状況により、材料やメニューが変わる場合があります。
- ※ 不明な点、質問がありましたら、遠慮なく給食室までお申し出ください。

2024年 11月 補食・夕食献立表

日	夕食	主な材料	日	夕食	主な材料
1 (金)	ご飯 豚と竹輪の煮物 和え物・みそ汁	豚肉・竹輪・大根 人参・しらたき・いんげん 白菜・きゅうり・水菜	18 (月)	ご飯 煮魚 おひたし・みそ汁	魚 ほうれん草・人参・もやし コーン・キャベツ
5 (火)	ご飯 鶏団子のうま煮 千草和え・みそ汁	鶏肉・長ねぎ・えのき 小松菜・キャベツ・きゅうり 大根・わかめ	19 (火)	ご飯 チキンピカタ ハワイアンサラダ・スープ	鶏肉・卵 パイン缶・キャベツ・きゅうり さつま芋・きぬさや
6 (水)	ご飯 豚とじゃが芋のカレー炒め キャベツサラダ・みそ汁	豚肉・じゃが芋・ブロッコリー キャベツ・きゅうり・人参 大根・わかめ	20 (水)	ミックスピラフ ポテトサラダ スープ	豚肉・玉ねぎ・人参 ピーマン・コーン じゃが芋・きゅうり・人参
7 (木)	おにぎり 肉野菜炒め 具だくさんみそ汁	豚肉・キャベツ・もやし エリンギ・ピーマン・ニラ 大根・人参・里芋・長ねぎ	21 (木)	ご飯 肉じゃが 梅おかか和え・みそ汁	豚肉・じゃがいも 人参・玉ねぎ・しらたき 小松菜・もやし・白菜
8 (金)	チキンライス グリーンサラダ スープ	鶏肉・玉ねぎ・人参 エリンギ・グリーンピース キャベツ・きゅうり・ブロッコリー	22 (金)	ご飯 豚肉の生姜焼き おひたし・みそ汁	豚肉・生姜・玉ねぎ しめじ・グリーンピース 小松菜・人参・キャベツ
11 (月)	ご飯 五目厚焼き玉子 みそ汁	鶏肉・卵・ひじき 玉ねぎ・人参・三つ葉 じゃが芋・小松菜	25 (月)	ご飯 豚のガーリックソテー スパゲティサラダ・スープ	豚肉・にんにく スパゲティ・キャベツ きゅうり・ツナ・人参
12 (火)	ご飯 とんかつ 三色和え・みそ汁	豚肉・卵・パン粉 小松菜・人参・もやし 大根・ワカメ	26 (火)	ご飯 鶏とさつま芋の煮物 おかか和え・みそ汁	鶏肉・さつま芋 玉ねぎ・いんげん 小松菜・キャベツ・もやし
13 (水)	ご飯 鶏つくね焼き 根菜の煮物・みそ汁	鶏肉・長ねぎ・えのき ごぼう・れんこん・人参 大根・絹さや	27 (水)	ご飯 チャンプルー かぼちゃのいとこ煮・みそ汁	鶏肉・豆腐・卵 ニラ・もやし・人参 かぼちゃ・あずき・大根
14 (木)	ご飯 筑前煮 和え物・みそ汁	鶏肉・人参・いんげん れんこん・こんにゃく・ごぼう 小松菜・もやし・キャベツ	28 (木)	他人丼 酢醤油和え みそ汁	豚肉・卵・玉ねぎ えのき茸・三つ葉 キャベツ・人参・きゅうり
15 (金)	ご飯 魚のマヨネーズ焼き ごま酢和え・みそ汁	魚 キャベツ・人参・きゅうり もやし・じゃが芋・長ねぎ	29 (金)	ご飯 鶏の竜田焼き 梅肉和え・みそ汁	鶏肉 小松菜・白菜・もやし・人参 油揚げ・大根

補食はおにぎりと汁物が付きます。
おにぎりはゆかり・ごま塩・おかか・菜飯・わかめなどです。

※その日の仕入れ状況により、多少材料やメニューが替わる場合があります。
※何か質問等ありましたらお気軽に給食室までどうぞ。 いずみ青葉台保育園