



15日 お弁当の日★  
24日 お誕生日会★



主 食	10倍		7倍		5倍		軟飯		ごはん		おやつ		
	60g		70g		80g		90g		60g				
1	水	すうどん かぼちゃの煮物 りんごと人参の煮物		肉うどん かぼちゃの煮物 りんごと人参の煮物		ごはん 肉うどん 油揚げの酢の物 かぼちゃの煮物		おせんべい ラムネ 牛乳					
2	木	さつま芋ときなこの煮物 きゅうりとキャベツの煮物 すまし汁		さつま芋ときなこの煮物 煮込みハンバーグ すまし汁		ごはん 煮込みハンバーグ ポテトサラダ おふとわかめのみそ汁		★手作りおやつ★ 焼きそば お茶					
3	金	じゃが芋のトマト煮 ほうれん草の煮物 すまし汁		ハヤシライス風 すまし汁 切干大根とほうれん草の煮物		カレーライス 果物 卵スープ 切干大根のマヨネーズ和え		ビスケット ラムネ 牛乳					
4	土	豆腐の煮物 キャベツの煮物 すまし汁		高野豆腐の煮物 キャベツの煮物 すまし汁		しらすごはん じゃがいもとツナの煮物 野菜のみそ汁		おせんべい ラムネ 牛乳					
6	月	大根の煮物 人参とバナナの煮物 すまし汁		大根のそぼろ煮 人参とマカロニの煮物 すまし汁		肉どんぶり マカロニサラダ 大根のみそ汁		★手作りおやつ★ 枝豆ホットケーキ 牛乳					
7	火	かぼちゃの煮物 すまし汁 ほうれん草としらすのあえ物		かぼちゃパン粉焼 すまし汁 ほうれん草としらすのあえ物		ごはん から揚げ じゃこの酢の物 にらスープ		★手作りおやつ★ チーズサンド 牛乳					
8	水	すうどん ブロッコリーの煮物 キャベツの煮物		卵うどん ブロッコリーの煮物 キャベツとチーズの煮物		炊き込みごはん きつねうどん きんぴらごぼう チーズ		ビスケット ラムネ 牛乳					
9	木	白身魚とじゃが芋の煮物 レタスと人参の煮物 すまし汁		白身魚ムニエル風 春雨と人参の煮物 すまし汁		ごはん 白身魚フライ チーズ 春雨サラダ 野菜のみそ汁		★手作りおやつ★ てり焼団子 お茶					
10	金	さつまいもの煮物 豆腐の煮物 すまし汁		さつまいもの煮物 豆腐とわかめのみそ汁 すまし汁		ハヤシライス風 すまし汁 豆腐とわかめのみそ汁		カレーライス えのきのごま和え 果物 豆腐とわかめのみそ汁		おせんべい ラムネ 牛乳			
11	土	じゃが芋と玉ねぎの煮物 大根としらすのおろし煮 すまし汁		ひじきごはん ぜいたくスクランブルエッグ 野菜のみそ汁		ビスケット ラムネ 牛乳							
13	月	かぼちゃときなこの煮物 玉ねぎと人参のトマト煮 すまし汁		かぼちゃときなこの煮物 ミートスパゲッティ すまし汁		ごはん ミートスパゲッティ わかめのみそ汁 チーズ 豆腐の中華スープ		★手作りおやつ★ ウイナー蒸しパン 牛乳					
14	火	豆腐の人参あんかけ すまし汁 キャベツとほうれん草の煮物		豆腐のそぼろあん すまし汁 キャベツとほうれん草の煮物		ごはん チンジャオロース 野菜のみそ汁 ほうれん草のごま和え		★手作りおやつ★ フルーツ牛乳寒					
15	水	<b>☆お弁当の日☆</b>										おせんべい ラムネ 牛乳	
16	木	さつま芋ときなこの煮物 きゅうりとキャベツの煮物 すまし汁		さつま芋ときなこの煮物 煮込みハンバーグ すまし汁		ごはん 煮込みハンバーグ ポテトサラダ おふとわかめのみそ汁		★手作りおやつ★ 焼きそば お茶					
17	金	じゃが芋のトマト煮 ほうれん草の煮物 すまし汁		ハヤシライス風 すまし汁 切干大根とほうれん草の煮物		カレーライス 果物 卵スープ 切干大根のマヨネーズ和え		ビスケット ラムネ 牛乳					
18	土	<b>☆親子のスペシャルデー☆</b>											
20	月	大根の煮物 人参とバナナの煮物 すまし汁		大根のそぼろ煮 人参とマカロニの煮物 すまし汁		肉どんぶり マカロニサラダ 大根のみそ汁		★手作りおやつ★ 枝豆ホットケーキ 牛乳					
21	火	かぼちゃの煮物 すまし汁 ほうれん草としらすのあえ物		かぼちゃパン粉焼 すまし汁 ほうれん草としらすのあえ物		ごはん から揚げ じゃこの酢の物 にらスープ		★手作りおやつ★ チーズサンド 牛乳					
22	水	すうどん ブロッコリーの煮物 キャベツの煮物		卵うどん ブロッコリーの煮物 キャベツとチーズの煮物		炊き込みごはん きつねうどん きんぴらごぼう チーズ		おせんべい ラムネ 牛乳					
23	木	白身魚とじゃが芋の煮物 レタスと人参の煮物 すまし汁		白身魚ムニエル風 春雨と人参の煮物 すまし汁		ごはん 白身魚フライ チーズ 春雨サラダ 野菜のみそ汁		★手作りおやつ★ てり焼団子 お茶					
24	金	キャベツの煮物 すまし汁 豆腐と人参の煮物		キャベツの煮物 すまし汁 豆腐と人参の煮物		ちらし寿司 ごま和え 豆腐入りにんじんスープ		ビスケット ラムネ 牛乳					
25	土	じゃが芋と玉ねぎの煮物 大根としらすのおろし煮 すまし汁		じゃが芋と玉ねぎの煮物 大根としらすのおろし煮 すまし汁		しらすごはん じゃがいもとツナの煮物 野菜のみそ汁		おせんべい ラムネ 牛乳					
27	月	かぼちゃときなこの煮物 玉ねぎと人参のトマト煮 すまし汁		かぼちゃときなこの煮物 ミートスパゲッティ すまし汁		ごはん ミートスパゲッティ わかめのみそ汁 チーズ 豆腐の中華スープ		★手作りおやつ★ ウイナー蒸しパン 牛乳					
28	火	豆腐の人参あんかけ すまし汁 キャベツとほうれん草の煮物		豆腐のそぼろあん すまし汁 キャベツとほうれん草の煮物		ごはん チンジャオロース 野菜のみそ汁 ほうれん草のごま和え		★手作りおやつ★ フルーツ牛乳寒					
29	水	すうどん かぼちゃの煮物 りんごと人参の煮物		肉うどん かぼちゃの煮物 りんごと人参の煮物		ごはん 肉うどん 油揚げの酢の物 かぼちゃの煮物		おせんべい ラムネ 牛乳					
30	木	さつま芋ときなこの煮物 きゅうりとキャベツの煮物 すまし汁		さつま芋ときなこの煮物 煮込みハンバーグ すまし汁		ごはん 煮込みハンバーグ ポテトサラダ おふとわかめのみそ汁		★手作りおやつ★ 焼きそば お茶					

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。

アレルギーのある子には、代替食・除去食をだしています。

昆布だしを使って味付けしています。