



	普通食	材料	除去食	おやつ	材料	除去食
2 (火)	ご飯/みそ汁	精白米/さつまい、新たまねぎ、味噌、牛乳、だし	精白米/さつまい、新たまねぎ、米みそ、こんぶ	ゼリー	りんごジュース、寒天、上白糖	りんごジュース、寒天、上白糖
	鶏肉のマーマレード焼き	精白米/さつまい、新たまねぎ、味噌、牛乳、だし	豚肉、米しょうゆ、三温糖、塩、マーマレード、片栗粉			
	ひじきの煮物	ひじき、水煮大豆、人参、油揚げ、こんにゃく、しょうゆ、みりん、三温糖、だし	ひじき、人参、こんにゃく、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ			
3 (水)	たけのご飯	精白米、油揚げ、筍、人参、しょうゆ、みりん、だし	精白米、筍、人参、米しょうゆ、みりん、こんぶ	お菓子/飲むヨーグルト	ビスケット/飲むヨーグルト	コーンスタック/ジュース
	肉豆腐	豚肉、人参、玉ねぎ、豆腐、青梗菜、エリンギ、ひじき、しょうゆ、みりん、酒、だし、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、青梗菜、エリンギ、里芋、ひじき、米しょうゆ、みりん、酒、こんぶ、なたね油			
	すまし汁	駄、わかめ、しょうゆ、だし	わかめ、米しょうゆ、こんぶ			
4 (木)	カレーライス	精白米、牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、コンソメ、牛乳、カレールウ、なたね油	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、除去ルウ、なたね油	ジャムサンド (除去食はわかめおにぎり)	食パン、いちごジャム	精白米、炊き込みわかめ
	コンソメスープ	豆腐、人参、青梗菜、コンソメ	人参、青梗菜、除去コンソメ			
	ゼリー	ゼリー	ゼリー			
5 (金)	マーボー丼	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、豆腐、ピーマン、味噌、三温糖、中華だし、片栗粉、ごま油	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、ピーマン、米しょうゆ、米みそ、こんぶ、片栗粉、なたね油	焼きそば (除去食はラーメン)	中華麺、人参、キャベツ、ソース、青のり、鰹節	米麺、人参、キャベツ、米しょうゆ、こんぶ
	中華スープ	餃子の皮、ねぎ、中華だし	ピーマン、ねぎ、米しょうゆ、こんぶ			
	チーズ	チーズ	ラムネ			
6 (土)	ご飯	精白米	精白米	お菓子	ポテコ	ポテコ
	味噌煮	豚肉、人参、玉ねぎ、さつまい、白菜、椎茸、牛乳、味噌、だし、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、さつまい、白菜、椎茸、米みそ、こんぶ、なたね油			
	五目豆	五目豆(大豆、人参、蓮根、椎茸、ごぼう、昆布)	金時豆(小豆・大豆不使用)			
8 (月)	ご飯/みそ汁	精白米/わかめ、新玉ねぎ、味噌、牛乳、だし	精白米/わかめ、新玉ねぎ、米みそ、こんぶ	いちごヨーグルト (除去食はゆかりおにぎり)	ヨーグルト、いちごジャム	精白米、ゆかり
	豚肉とひらうすの煮付け	豚肉、ひらうす、人参、玉ねぎ、大根、いんげん、しょうゆ、みりん、酒、だし、なたね油	豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、大根、いんげん、米しょうゆ、みりん、酒、こんぶ、なたね油			
	キャベツのサラダ	キャベツ、人参、コーン、マヨドレ	キャベツ、人参、コーン、米酢、三温糖、米しょうゆ			
9 (火)	ご飯/赤だし	精白米/椎茸、豆腐、赤みそ、牛乳、だし	精白米/椎茸、わかめ、米みそ、こんぶ	ケーキ/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、上白糖、牛乳、バター/飲むヨーグルト	米粉/ジュース
	肉じゃが	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、しらたき、絹さや、みりん、三温糖、しょうゆ、酒、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、しらたき、絹さや、みりん、三温糖、米しょうゆ、酒、なたね油			
	大根と人参の甘酢和え	人参、大根、米酢、三温糖、しょうゆ	人参、大根、米酢、三温糖、米しょうゆ			
10 (水)	(入園・進級おめでとうランチ) 五目ご飯	精白米、人参、椎茸、油揚げ、こんにゃく、ごぼう、しょうゆ、みりん、酒、塩、だし	精白米、人参、椎茸、こんにゃく、ごぼう、米しょうゆ、みりん、酒、塩、こんぶ	ゼリー入りフルーツポンチ	ぶどうジュース、寒天、上白糖、みかん缶、パイナップル、りんごジュース	ぶどうジュース、寒天、上白糖、みかん缶、パイナップル、りんごジュース
	鯛の塩焼き/若竹汁	鯛、塩/葱、わかめ、しょうゆ、だし	鯛、塩/葱、わかめ、米しょうゆ、こんぶ			
	胡瓜の梅肉和え/ゼリー	胡瓜、梅肉、かつお節、しょうゆ/ゼリー	胡瓜、梅肉、米しょうゆ/ゼリー			
11 (木)	ご飯/中華スープ	精白米/ピーマン、人参、わかめ、しょうゆ、鶏がらスープ	精白米/ピーマン、人参、わかめ、米しょうゆ、こんぶ	お菓子のラスク/飲むヨーグルト (除去食はお菓子)	駄、上白糖、バター/飲むヨーグルト	おこし社長/ジュース
	鶏肉と青梗菜のあんかけ	鶏肉、人参、玉ねぎ、しめじ、青梗菜、豆腐、白菜、生姜、しょうゆ、鶏がらスープ、片栗粉、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、しめじ、青梗菜、さつまい、白菜、生姜、米しょうゆ、片栗粉、こんぶ、なたね油			
	蒸し野菜	南瓜、ブロッコリー、塩	南瓜、ブロッコリー、塩			
12 (金)	鶏ごぼううどん	うどん、鶏肉、人参、ごぼう、白ねぎ、しめじ、みりん、しょうゆ、だし、なたね油	米麺、豚肉、人参、ごぼう、白ねぎ、しめじ、みりん、米しょうゆ、こんぶ、なたね油	わかめおにぎり/こんぶ	精白米、炊き込みわかめ/こんぶ	精白米、炊き込みわかめ/ラムネ
	★切干大根のツナサラダ	切干大根、人参、胡瓜、ツナ、コーン、米酢、しょうゆ、三温糖、ごま	切干大根、人参、胡瓜、コーン、米酢、米しょうゆ、三温糖			
	果物	バナナ	みかん缶			
13 (土)	ご飯	精白米	精白米	パン	パン/マーガリン	コーンスタック
	ビーフシチュー	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ブロッコリー、ビーフシチュールー、牛乳、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ブロッコリー、除去コンソメ、なたね油			
	チーズ	チーズ	ゼリー			
15 (月)	ご飯/みそ汁	精白米/さつまい、新たまねぎ、味噌、牛乳、だし	精白米/さつまい、新たまねぎ、米みそ、こんぶ	果物	りんご	りんご
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉、しょうゆ、三温糖、塩、マーマレード、片栗粉	豚肉、米しょうゆ、三温糖、塩、マーマレード、片栗粉			
	ひじきの煮物	ひじき、水煮大豆、人参、油揚げ、こんにゃく、しょうゆ、みりん、三温糖、だし	ひじき、人参、こんにゃく、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ			
16 (火)	ご飯/けんちん汁	精白米/人参、大根、ごぼう、椎茸、豆腐、しょうゆ、だし	精白米/人参、大根、ごぼう、椎茸、米しょうゆ、こんぶ	★マカロニみたらし	マカロニ、しょうゆ、みりん、上白糖、片栗粉	ポテコ
	鮭の味噌マヨネーズ焼き	鮭、玉ねぎ、人参、ピーマン、マヨドレ、味噌、牛乳	たら、玉ねぎ、人参、ピーマン、米みそ、みりん、酒			
	糸こんにゃくびら	糸こんにゃく、人参、絹さや、ツナ、ごま、しょうゆ、みりん、だし、なたね油	糸こんにゃく、人参、絹さや、米しょうゆ、みりん、こんぶ、なたね油			
17 (水)	たけのご飯	精白米、油揚げ、筍、人参、しょうゆ、みりん、だし	精白米、筍、人参、米しょうゆ、みりん、こんぶ	さつまい芋ケーキ/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、チーズ、上白糖/飲むヨーグルト	米粉、さつまい芋/ジュース
	肉豆腐	豚肉、人参、玉ねぎ、豆腐、青梗菜、エリンギ、ひじき、しょうゆ、みりん、酒、だし、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、青梗菜、エリンギ、里芋、ひじき、米しょうゆ、みりん、酒、こんぶ、なたね油			
	すまし汁	駄、わかめ、しょうゆ、だし	わかめ、米しょうゆ、こんぶ			
18 (木)	カレーライス	精白米、牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、コンソメ、牛乳、カレールウ、なたね油	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、除去ルウ、なたね油	お菓子/飲むヨーグルト	あずきクラッカー/飲むヨーグルト	おこし社長/ジュース
	コンソメスープ	豆腐、人参、青梗菜、コンソメ	人参、青梗菜、除去コンソメ			
	ゼリー	ゼリー	ゼリー			
19 (金)	マーボー丼	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、豆腐、ピーマン、味噌、三温糖、中華だし、片栗粉、ごま油	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、ピーマン、米しょうゆ、米みそ、こんぶ、片栗粉、なたね油	みかんヨーグルト (除去食はお菓子と果物)	ヨーグルト、みかん缶	みかん缶、きらきら星のおせんべい
	中華スープ	餃子の皮、ねぎ、中華だし	ピーマン、ねぎ、米しょうゆ、こんぶ			
	チーズ	チーズ	ラムネ			
20 (土)	ご飯	精白米	精白米	お菓子	ポテコ	ポテコ
	味噌煮	豚肉、人参、玉ねぎ、さつまい、白菜、椎茸、牛乳、味噌、だし、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、さつまい、白菜、椎茸、米みそ、こんぶ、なたね油			
	五目豆	五目豆(大豆、人参、蓮根、椎茸、ごぼう、昆布)	金時豆(小豆・大豆不使用)			
22 (月)	ご飯/みそ汁	精白米/わかめ、新玉ねぎ、味噌、牛乳、だし	精白米/わかめ、新玉ねぎ、米みそ、こんぶ	チーズ蒸しパン/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、チーズ、上白糖/飲むヨーグルト	米粉、さつまい芋/ジュース
	豚肉とひらうすの煮付け	豚肉、ひらうす、人参、玉ねぎ、大根、いんげん、しょうゆ、みりん、酒、だし、なたね油	豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、大根、いんげん、米しょうゆ、みりん、酒、こんぶ、なたね油			
	キャベツのサラダ	キャベツ、人参、コーン、マヨドレ	キャベツ、人参、コーン、米酢、三温糖、米しょうゆ			
23 (火)	ご飯/赤だし	精白米/椎茸、豆腐、赤みそ、牛乳、だし	精白米/椎茸、わかめ、米みそ、こんぶ	レーズンドッグ/飲むヨーグルト	レーズンドッグ/飲むヨーグルト	米粉のロールケーキ/ジュース
	肉じゃが	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、しらたき、絹さや、みりん、三温糖、しょうゆ、酒、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、しらたき、絹さや、みりん、三温糖、米しょうゆ、酒、なたね油			
	大根と人参の甘酢和え	人参、大根、米酢、三温糖、しょうゆ	人参、大根、米酢、三温糖、米しょうゆ			
24 (水)	ご飯/けんちん汁	精白米/人参、大根、ごぼう、椎茸、豆腐、しょうゆ、だし	精白米/人参、大根、ごぼう、椎茸、米しょうゆ、こんぶ	クッキー (除去食はお菓子)	小麦粉、上白糖、バター	きらきら星のおせんべい
	鮭の味噌マヨネーズ焼き	鮭、玉ねぎ、人参、ピーマン、マヨドレ、味噌、牛乳	たら、玉ねぎ、人参、ピーマン、米みそ、みりん、酒			
	糸こんにゃくびら	糸こんにゃく、人参、絹さや、ツナ、ごま、しょうゆ、みりん、だし、なたね油	糸こんにゃく、人参、絹さや、米しょうゆ、みりん、こんぶ、なたね油			
25 (木)	ご飯/中華スープ	精白米/ピーマン、人参、わかめ、しょうゆ、鶏がらスープ	精白米/ピーマン、人参、わかめ、米しょうゆ、こんぶ	ゼリー	オレンジジュース、寒天、上白糖	オレンジジュース、寒天、上白糖
	鶏肉と青梗菜のあんかけ	鶏肉、人参、玉ねぎ、しめじ、青梗菜、豆腐、白菜、生姜、しょうゆ、鶏がらスープ、片栗粉、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、しめじ、青梗菜、さつまい、白菜、生姜、米しょうゆ、片栗粉、こんぶ、なたね油			
	蒸し野菜	南瓜、ブロッコリー、塩	南瓜、ブロッコリー、塩			
26 (金)	鶏ごぼううどん	うどん、鶏肉、人参、ごぼう、白ねぎ、しめじ、みりん、しょうゆ、だし、なたね油	米麺、豚肉、人参、ごぼう、白ねぎ、しめじ、みりん、米しょうゆ、こんぶ、なたね油	わかめおにぎり/こんぶ	精白米、炊き込みわかめ/こんぶ	精白米、炊き込みわかめ/ラムネ
	★切干大根のツナサラダ	切干大根、人参、胡瓜、ツナ、コーン、米酢、しょうゆ、三温糖、ごま	切干大根、人参、胡瓜、コーン、米酢、米しょうゆ、三温糖			
	果物	バナナ	みかん缶			
27 (土)	ご飯	精白米	精白米	パン	パン/いちごジャム	コーンスタック
	ビーフシチュー	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ブロッコリー、ビーフシチュールー、牛乳、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ブロッコリー、除去コンソメ、なたね油			
	チーズ	チーズ	ゼリー			
30 (火)	(ハースデーランチ) ご飯/コンソメスープ	精白米/キャベツ、えのき、コンソメ	精白米/キャベツ、えのき、除去コンソメ	プリン/飲むヨーグルト (除去食はゼリー)	プリンミックス、ホイップ、みかん缶/飲むヨーグルト	りんごジュース、寒天、上白糖、みかん缶/ジュース
	野菜ハンバーグ	合挽きミンチ、人参、玉ねぎ、パン粉、牛乳、塩、ケチャップ	豚ミンチ、人参、玉ねぎ、片栗粉、塩、ケチャップ			
	マカロニサラダ/ゼリー	マカロニ、人参、グリーンピース、コーン、マヨドレ/ゼリー	じゃが芋、人参、グリーンピース、コーン、塩/ゼリー			

* 2日、10日、13日、15日、25日、27日は除去対応おやつ。その他の日は除去対象児のみ除去おやつで対応しています。
 * 1〜5歳児の3時のおやつは、牛乳はツグミタイム以外の日には牛乳がつきます。ただし、10日と12日と26日は牛乳がつきません。
 * おにぎりの日のおやつは、炊き込みごはんは提供しません。
 * 完了食のご飯の時は、軟飯になります。
 * お茶は、ほうじ茶を提供しています。
 * ★印は、新しい献立です。