



日	普通食	材料	除去食	日	おやつ	材料	除去
1	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	1	わかめおにぎり	精白米、炊き込みわかめ	精白米、炊き込みわかめ
・	大根と人参の甘酢和え	大根、人参、米酢、三温糖、しょうゆ	大根、人参、米酢、三温糖、米しょうゆ				
22	果物	バナナ	みかん缶	22	わかめおにぎり	精白米、炊き込みわかめ	精白米、炊き込みわかめ
(月)							
2	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	2	コンボート	さつま芋、りんご、上白糖	さつま芋、りんご、上白糖
・	鶏肉のごまみそ焼き	鶏肉、味噌、しょうゆ、酒、三温糖、ごま、片栗粉、なたね油	豚肉、米みそ、米しょうゆ、酒、三温糖、片栗粉、なたね油				
16	ツナと切干大根の炒め煮	切干大根、ツナ、人参、胡麻、しょうゆ、三温糖、だし、なたね油	切干大根、人参、米しょうゆ、三温糖、こんぶ、なたね油	16	ウィンナーケーキ/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、上白糖、ウィンナー/飲むヨーグルト	米粉、ウィンナー/ジュース
(火)							
3	ご飯/みそ汁	精白米/豆腐、わかめ、味噌、だし、牛乳	精白米/わかめ、米みそ、こんぶ	3	ヨーグルト	ヨーグルト、いちごジャム	きらきら星のおせんべい
・	★ 里芋のそぼろ煮	鶏ミンチ、里芋、人参、玉ねぎ、ごぼう、こんにゃく、ねぎ、三温糖、みりん、しょうゆ、だし、なたね油	豚ミンチ、里芋、人参、玉ねぎ、ごぼう、こんにゃく、ねぎ、三温糖、みりん、米しょうゆ、こんぶ、なたね油				
17	胡瓜のこんぶ和え	胡瓜、塩昆布	胡瓜、ゆかり	17	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
(水)							
4	さつま芋カレー	精白米、牛肉、人参、玉ねぎ、さつま芋、グリーンピース、カレールウ、牛乳、コンソメ、なたね油	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、さつま芋、グリーンピース、除去ルウ、なたね油	4	チーズトースト/飲むヨーグルト (除去食はお菓子)	食パン、チーズ、マヨドレ/飲むヨーグルト	おこし社長
・	コンソメスープ	キャベツ、えのき、コンソメ	キャベツ、えのき、除去コンソメ				
18	チーズ	チーズ	ゼリー	18	パン (除去食はゆかりおにぎり)	レーズンドッグ	精白米、ゆかり
(木)							
5	ご飯/すまし汁	精白米/大根、しめじ、しょうゆ、だし	精白米/大根、しめじ、米しょうゆ、こんぶ	5	カルピスゼリー	カルピス、寒天、上白糖	ぶどうジュース、寒天、上白糖
・	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	鯛、玉ねぎ、人参、ピーマン、米みそ、みりん、酒				
19	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	19	果物/お菓子	梨/芋けんぴ	梨/芋けんぴ
(金)							
6	ご飯	精白米	精白米	6	パン	パン、マーガリン	コーンスナック
・	味噌煮	豚肉、人参、玉ねぎ、さつま芋、白菜、椎茸、牛乳、味噌、だし、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、さつま芋、白菜、椎茸、米みそ、こんぶ、なたね油				
20	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)	20	パン	パン、いちごジャム	コーンスナック
(土)							
8	ご飯/スープ	精白米/餃子の皮、ねぎ、中華だし	精白米/大根、ねぎ、米しょうゆ、こんぶ	8	フロランタン風トースト (除去食はおにぎり)	食パン、バター、上白糖、牛乳、コーンフレーク	精白米、ゆかり
・	回鍋肉	豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、鶏がらスープ、三温糖、しょうゆ、味噌、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、三温糖、米しょうゆ、米みそ、なたね油				
29	もやしとわかめのナムル	もやし、人参、わかめ、しょうゆ、ごま油、ごま	もやし、人参、わかめ、米しょうゆ	29	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
(日)							
9	(4歳児リクエストメニュー)			9	クッキー (除去食はお菓子和ジュース)	小麦粉、上白糖、バター	米粉ロールクッキー/ジュース
・	ふりかけご飯/赤だし	精白米、ふりかけ/なめこ、わかめ、赤みそ、牛乳、だし	精白米、ゆかり/なめこ、わかめ、米みそ、こんぶ				
豆腐入り松風焼き	鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、味噌、みりん、酒、ごま、青のり	豚ミンチ、玉ねぎ、片栗粉、米みそ、酒、青のり					
(火)	糸こんにゃくびら	糸こんにゃく、人参、絹さや、ツナ、胡麻、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				
10	ご飯/みそ汁	精白米/鮭、椎茸、味噌、牛乳、だし	精白米/椎茸、米みそ、こんぶ	10	ヨーグルト(除去食はお菓子)	ヨーグルト、みかん缶	コーンスナック
・	牛肉と南瓜の田舎煮	牛肉、人参、玉ねぎ、南瓜、じゃが芋、糸こんにゃく、水煮大豆、ひじき、しょうゆ、みりん、酒、三温糖、だし、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、南瓜、じゃが芋、糸こんにゃく、ひじき、米しょうゆ、みりん、酒、三温糖、こんぶ、なたね油				
24	わかめの酢の物	わかめ、胡瓜、しょうゆ、米酢、三温糖	わかめ、胡瓜、米しょうゆ、米酢、三温糖	24	ジャムサンド (除去食はお菓子)	食パン、いちごジャム	きらきら星のおせんべい
(水)							
11	納豆ひき肉丼	精白米、合挽きミンチ、納豆、玉ねぎ、ねぎ、大葉、ごま油、しょうゆ、酒、みりん、なたね油	精白米、豚ミンチ、玉ねぎ、ねぎ、大葉、米しょうゆ、酒、みりん、なたね油	11	★ カルピス蒸しパン/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、カルピス/飲むヨーグルト	米粉/ジュース
・	ビーフンスープ	ビーフン、人参、青梗菜、鶏がらスープ、しょうゆ	ビーフン、人参、青梗菜、米しょうゆ、こんぶ				
25	チーズ	チーズ	ラムネ	25	果物	りんご	りんご
(木)							
12	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	12	チヂミ	小松菜、にら、人参、豆腐、米粉、片栗粉、豆乳、なたね油、しょうゆ、ごま油、ごま	小松菜、にら、人参、米粉、片栗粉、なたね油、米しょうゆ
・	スープ	キャベツ、わかめ、鶏がらスープ、しょうゆ	キャベツ、わかめ、米しょうゆ、こんぶ				
26	蒸し野菜	南瓜、ブロッコリー、塩	南瓜、ブロッコリー、塩	26	お菓子	牛乳かりんとう	米粉ロールクッキー
(金)							
13	ご飯	精白米	精白米	13	お菓子	ポテコ	ポテコ
・	ビーフシチュー	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ブロッコリー、ビーフシチュールウ、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				
27	ゼリー	ゼリー	ゼリー	27	お菓子	アスバラビスケット	ポテコ
(土)							
30	(パースデーランチ)			30	フルーツサンド/飲むヨーグルト	食パン、ホイップ、みかん缶/飲むヨーグルト	コーンスナック、みかん缶/ジュース
・	ケチャップライス/ゼリー	精白米、玉ねぎ、人参、グリーンピース、コーン、ケチャップ、コンソメ、三温糖、なたね油/ゼリー	精白米、人参、玉ねぎ、グリーンピース、コーン、ケチャップ、除去コンソメ、三温糖、なたね油/ゼリー				
鶏の照り焼き	鶏肉、しょうゆ、みりん、酒	豚肉、米しょうゆ、みりん、酒					
(火)	ポテトサラダ/コンソメスープ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ/キャベツ、えのき、コンソメ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、塩/キャベツ、えのき、除去コンソメ				

＊ 1日、2日、13日、17日、19日、22日、25日、29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、飲むヨーグルト以外の日には牛乳がつきます。ただし、1日、3日、5日、10日、17日、22日、29日は牛乳がつきません。
＊ おにぎりの日のおやつには、牛乳はつきません。
＊ 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。