



日	普通食	材料	日	除去食	日	おやつ	材料	除去
5	高野豆腐のそぼろ丼	精白米、高野豆腐、鶏ミンチ、人参、玉ねぎ、グリーンピース、ひじき、しょうゆ、みりん、三温糖、なたね油	5	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、グリーンピース、ひじき、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ、なたね油	5	バナナアップルケーキ/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、バナナアップル/飲むヨーグルト	米粉、バナナアップル/ジュース
・	すまし汁	鮭、わかめ、しょうゆ、だし	・	わかめ、米しょうゆ、こんぶ				
19	五目豆	五目豆(大豆、人参、蓮根、椎茸、ごぼう、昆布)	19	金時豆(小麦・大豆不使用)	19	ウインナーケーキ/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、上白糖、ウインナー/飲むヨーグルト	米粉、ウインナー/ジュース
(月)			(月)					
6	野菜ラーメン	中華麺、豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、もやし、青梗菜、椎茸、しょうゆ、中華だし、なたね油	6	米麺、豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、もやし、青梗菜、椎茸、米みそ、こんぶ、なたね油	6	セサミクッキー (除去食はお菓子)	小麦粉、バター、上白糖、ごま	きらきら星のおせんべい
・	胡瓜の塩昆布	胡瓜、塩昆布	・	胡瓜、ゆかり				
20	果物	オレンジ	20	オレンジ	20	コーンチヂミ	コーン、人参、豆腐、米粉、片栗粉、豆乳、なたね油、しょうゆ、ごま油、ごま	コーン、人参、米粉、片栗粉、なたね油、米しょうゆ
(火)			(火)					
(お正月ランチ)								
7	ご飯/お雑煮風	精白米/里芋、人参、三つ葉、しょうゆ、だし	7	精白米/里芋、人参、三つ葉、米しょうゆ、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	7	七草がゆ	精白米、せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ、塩、鶏がらスープ	精白米、せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ、塩、米しょうゆ
	紅白なます/黒豆	人参、大根、米酢、三温糖、しょうゆ/黒豆		人参、大根、米酢、三温糖、米しょうゆ/金時豆(小麦・大豆不使用)				
(水)			(水)					
8	パン	パン	8	精白米	8	フルーツライフ	ホットケーキミックス、牛乳、上白糖、みかん缶、バナナ、ホイップ	米粉、みかん缶、いちごジャム
・	ハンガリアンシュュー	豚肉、豚ミンチ、玉ねぎ、じゃが芋、人参、エリンギ、枝豆、ケチャップ、ハヤシルウ、コンソメ、なたね油	・	豚肉、豚ミンチ、玉ねぎ、じゃが芋、人参、エリンギ、グリーンピース、ケチャップ、除去用カレールウ、除去コンソメ、なたね油				
22	春雨のマヨサラダ	春雨、人参、胡瓜、ハム、マヨドレ	22	春雨、人参、胡瓜、ハム、米粉、三温糖、米しょうゆ	22	はりはりおにぎり	精白米、切干大根、人参、油揚げ、だし、酒、しょうゆ、みりん	精白米、切干大根、人参、こんぶ、酒、米しょうゆ、みりん
(木)			(木)					
9	ご飯/コンソメスープ	精白米/キャベツ、えのき、コンソメ	9	精白米/キャベツ、えのき、除去コンソメ	9	さつま芋ぜんざい	つぶあん、さつま芋、塩、片栗粉	つぶあん、さつま芋、塩、片栗粉
・	鮭のオーロラソースがけ	鮭、酒、塩、ケチャップ、マヨドレ、小麦粉	・	たら、酒、塩、ケチャップ、片栗粉				
23	南瓜の塩バター	南瓜、三温糖、塩、バター	23	南瓜、三温糖、塩	23	ツナマヨコントースト (除去食はコーンのケーキ)	食パン、ツナ、コーン、マヨドレ、チーズ	米粉、コーン
(金)			(金)					
10	肉うどん	うどん、牛肉、人参、玉ねぎ、しょうゆ、みりん、だし、なたね油	10	米麺、豚肉、人参、玉ねぎ、みりん、米しょうゆ、こんぶ、なたね油	10	お菓子	サツボロポテト	ポテコ
・	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、米粉、三温糖、米しょうゆ				
24			24		24	お菓子	ポテコ	ポテコ
(土)			(土)					
13	ご飯/すまし汁	精白米/わかめ、大根、しょうゆ、だし	13	精白米/わかめ、大根、米しょうゆ、こんぶ	13	きな粉蒸しパン/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、上白糖、きな粉/飲むヨーグルト	米粉/ジュース
(火)	鶏肉のマーメレード焼き	鶏肉、しょうゆ、三温糖、塩、マーメレード、片栗粉	(火)	豚肉、米しょうゆ、三温糖、塩、マーメレード、片栗粉				
26	納豆マヨ和え	納豆、ほうれん草、かつお節、ごま、マヨドレ、しょうゆ	26	ほうれん草、人参、米しょうゆ	26	ジャムサンド (除去食はお菓子)	食パン、いちごジャム	おこし社長
(月)			(月)					
14	ご飯/かぶのみそ汁	精白米/かぶ、かぶの葉、油揚げ、味噌、牛乳、だし	14	精白米/かぶ、かぶの葉、米みそ、こんぶ	14	フルーツ寒天	りんごジュース、寒天、みかん缶、りんご	りんごジュース、寒天、みかん缶、りんご
・	豚肉のきんぴら	豚肉、ごぼう、人参、さつま芋、しょうゆ、三温糖、みりん、ごま、ごま油	・	豚肉、ごぼう、人参、さつま芋、米しょうゆ、三温糖、みりん、なたね油				
28	キャベツと胡瓜のゆかり和え	キャベツ、胡瓜、ゆかり、塩	28	キャベツ、胡瓜、ゆかり、塩	28	しらすおにぎり (除去食はわかめおにぎり)	精白米、しらす、しょうゆ、塩、ごま、青のり	精白米、炊き込みわかめ
(水)			(水)					
15	あんかけスパゲッティ	スパゲッティ、ベーコン、玉ねぎ、ピーマン、コーン、ケチャップ、ウスターソース、鶏がらスープ、三温糖、片栗粉、なたね油	15	米麺、ベーコン、玉ねぎ、ピーマン、コーン、ケチャップ、除去用ソース、三温糖、片栗粉、なたね油	15	チーズケーキトースト (除去食はお菓子)	食パン、クリームチーズ、上白糖、ヨーグルト、レモン果汁	おこし社長
・	豆乳きのこスープ	えのき、しめじ、豆乳、だし、酒、しょうゆ、味噌	・	えのき、しめじ、こんぶ、酒、米しょうゆ、米みそ				
29	さつま芋とりんご煮	さつま芋、りんご、上白糖、塩	29	さつま芋、りんご、上白糖、塩	29	野菜ジュースのケーキ	ホットケーキミックス、野菜ジュース、バター	米粉、野菜ジュース
(木)			(木)					
16	ご飯/豆腐のすまし風煮	精白米/豆腐、小松菜、えのき、油揚げ、しょうゆ、塩、だし	16	精白米/小松菜、えのき、米しょうゆ、塩、こんぶ	16	チャーハン	精白米、ハム、コーン、ねぎ、しょうゆ、鶏がらスープ、ごま油	精白米、ハム、コーン、ねぎ、米しょうゆ、なたね油
・	さわらのバターしょうゆ焼き	さわら、小麦粉、しょうゆ、バター	・	たら、片栗粉、米しょうゆ				
30	れんごんのサラダ	れんこん、キャベツ、人参、胡瓜、米酢、三温糖、しょうゆ	30	れんこん、キャベツ、人参、胡瓜、米酢、三温糖、米しょうゆ	30	焼きビーフン	ビーフン、人参、キャベツ、鶏がらスープ、しょうゆ、酒、なたね油	ビーフン、人参、キャベツ、米しょうゆ、酒、なたね油
(金)			(金)					
17	牛肉ピラフ	精白米、牛ミンチ、玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース、コンソメ、しょうゆ、三温糖、なたね油	17	精白米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース、除去コンソメ、米しょうゆ、三温糖、なたね油	17	レーズンパン (除去食はお菓子)	レーズンドッグ	ポテコ
・	コンソメスープ	ブロッコリー、人参、コンソメ	・	ブロッコリー、人参、除去コンソメ				
31			31		31	黒糖パン (除去食はお菓子)	黒糖パン	ポテコ
(土)			(土)					
	ご飯/すまし汁	精白米/鮭、三つ葉、しょうゆ、だし		精白米/三つ葉、しょうゆ、だし				
21	鶏肉と大根の春雨煮	鶏肉、大根、春雨、いんげん、みりん、しょうゆ、三温糖、酒、ごま油	21	豚肉、大根、春雨、いんげん、みりん、しょうゆ、三温糖、酒、なたね油	21	焼きりんごのヨーグルトがけ (除去食はりんごとお菓子)	りんご、バター、上白糖、ヨーグルト、コーンフレーク	りんご、米粉ロールクッキー
	キャベツとじゃこのナムル	キャベツ、人参、胡瓜、ちりめんじゃこ、しょうゆ、三温糖、米粉、ごま油		キャベツ、人参、胡瓜、米しょうゆ、三温糖、米粉				
(火)			(火)					
(パースデーランチ)								
27	ご飯/青梗菜のスープ	精白米/青梗菜、人参、コンソメ	27	精白米/青梗菜、人参、除去コンソメ	27	プリン/飲むヨーグルト (除去食はゼリーとジュース)	プリンミクス、ホイップ、みかん缶/飲むヨーグルト	オレンジジュース、寒天、上白糖/ジュース
	エリンギハンバーグ	合挽きミンチ、玉ねぎ、エリンギ、パン粉、牛乳、塩、ケチャップ		豚ミンチ、玉ねぎ、エリンギ、片栗粉、塩、ケチャップ				
(火)	ツナボテトサラダ/ゼリー	じゃが芋、ツナ、人参、グリーンピース、コーン、マヨドレ/ゼリー	(火)	じゃが芋、人参、グリーンピース、コーン、塩/ゼリー				

\* 9日、14日、24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・・・飲むヨーグルト以外の日には牛乳が付きまます。ただし、7日、14日、16日、21日、22日、28日は牛乳はつきません。  
\* おにぎり、七草がゆの日のおやつには、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。