



献立表 (完了、幼児食)

《完了食》

- ・丸パンは食パン
- ・中華麺はうどん
- ・アジフライはタラフライ
- ・朝おやつのお茶
- ・15時おやつのお茶は調乳ミルク に代わります。

日	曜日	朝おやつ	献立名	果物	おやつ	体をつくる 赤のなかま	力のもとになる 黄のなかま	体の調子を整える 緑のなかま
28	月	牛乳 ふかし芋	・ミートソーススパゲッティー ・中華スープ ・れんこんサラダ	キウイ	・ライスピザ ・お茶	豚ひき肉、 カニカマ	スパゲッティー	人参、マッシュルーム、 玉ねぎ、グリーンピース、 チンゲン菜、れんこん、 きゅうり、コーン
1 ・ 15 ・ 29	火	牛乳 バナナ	・ご飯 ・大根の味噌汁 ・カレイの梅肉焼き ・とんぶり納豆和え	りんご	・きな粉マカロニ ・牛乳	カレイ、納豆	ご飯	大根、舞茸、人参、 キャベツ、とんぶり
2 ・ 16 ・ 30	水	牛乳 ふかし芋	・ご飯 ・ニラの味噌汁 ・里芋と牛肉の炒め物 ・白菜の塩昆布和え	オレンジ	・ゼリー ・せんべい ・お茶	卵、牛肉、 塩昆布	ご飯、麩、 里芋	ニラ、玉ねぎ、白菜、 いんげん、人参
3 ・ 17 ・ 31	木	牛乳 パン	・麻婆なす丼 ・すまし汁 ・レタスのサラダ	グレープ フルーツ	・じゃがいもガレット ・牛乳	豚ひき肉、 豆腐、わかめ	ご飯	なす、玉ねぎ、人参、 筍、万能ねぎ、レタス、 赤パプリカ、えのき
4 ・ 18	金	牛乳 バナナ	・ご飯 ・さつまいもの味噌汁 ・アジフライ ・切干大根煮	キウイ	・アップルパイ ・牛乳	アジ、 さつま揚げ	ご飯、 さつまいも	ネギ、切干大根、人参、 干し椎茸、きぬさや
5 ・ 19	土	お茶 パン	・ご飯 ・椎茸の味噌汁 ・タンドリーチキン ・春雨サラダ	オレンジ	・お菓子 ・お茶	鶏肉	ご飯、春雨	ごぼう、人参、椎茸、 きゅうり、コーン
7 ・ 21	月	牛乳 パン	・チャーハン ・チンゲン菜の味噌汁 ・牛肉の甘酒煮	りんご	・フルーツヨーグルト ・せんべい ・お茶	牛肉、卵 かまぼこ	ご飯	万能ねぎ、チンゲン菜、 筍、れんこん、人参、 玉ねぎ、グリーンピース
8 ・ 22	火	牛乳 ふかし芋	・ご飯 ・里芋の味噌汁 ・鮭のカレー煮 ・小松菜のゆかり和え	オレンジ	・メロンパントースト ・牛乳	鮭	ご飯、里芋	小松菜、人参、 もやし、ねぎ
9 ・ 23	水	牛乳 バナナ	・あおぞらラーメン ・煮豆	キウイ	・ゆかりおにぎり ・するめ ・お茶	豚肉、卵、 金時豆	中華麺	ほうれん草、 玉ねぎ、人参
10 ・ 24	木	牛乳 バナナ	・丸パン ・かぼちゃのシチュー ・鶏肉のBBQ焼き ・ブロッコリー&トマト	グレープ フルーツ	・スイートポテト ・牛乳	ベーコン 鶏肉	丸パン	人参、玉ねぎ、 かぼちゃ、パセリ ブロッコリー、トマト
11 ・ 25	金	牛乳 ふかし芋	・ご飯 ・舞茸の味噌汁 ・ほっけの塩麩煮 ・チンゲン菜のおかか和え	りんご	アメリカンドッグ ・牛乳	ほっけ、鰹節	ご飯	玉ねぎ、舞茸、 チンゲン菜、人参
12 ・ 26	土	お茶 ふかし芋	・豚丼 ・かぶの味噌汁 ・マカロニサラダ	オレンジ	・お菓子 ・お茶	豚肉	ご飯	玉ねぎ、グリーンピース、 筍、かぶ、かぶ葉、人参 えのき、きゅうり、コーン

※旬の食材を取り入れた献立となっております。まだ、食べたことがない食材がありましたら、ご家庭でも食べてみてください。

※献立は都合により変更になる場合があります。