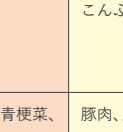
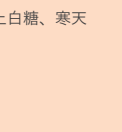


|        | 普通食                    | 材料                                                                                  | 除去食                                                                                 | おやつ                          | 材料                                      | 除去食                             |
|--------|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------|
| 1 (金)  | ハヤシライス                 | 精白米、牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト、マッシュルーム、グリーンピース、牛乳、ハヤシルウ、なたね油                                | 精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト、マッシュルーム、グリーンピース、除去ルウ、なたね油                                    | 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、バター / 飲むヨーグルト         | 米粉、さつま芋 / ジュース                  |
|        | コンソメスープ                | 白菜、しめじ、コンソメ                                                                         | 白菜、しめじ、除去コンソメ                                                                       |                              |                                         |                                 |
|        | チーズ                    | チーズ                                                                                 | ラムネ                                                                                 |                              |                                         |                                 |
| 2 (土)  | ご飯                     | 精白米                                                                                 | 精白米                                                                                 | お菓子                          | ポテコ                                     | ポテコ                             |
|        | 野菜と春雨煮                 | 豚肉、春雨、人参、玉ねぎ、キャベツ、椎茸、鶏がらスープ、しょうゆ、なたね油                                               | 豚肉、春雨、人参、玉ねぎ、キャベツ、椎茸、米しょうゆ、こんぶ、なたね油                                                 |                              |                                         |                                 |
|        | ゼリー                    | ゼリー                                                                                 | ゼリー                                                                                 |                              |                                         |                                 |
| 4 (月)  | パン                     | パン                                                                                  | 米糠、豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、しめじ、さくらげ、米しょうゆ、みりん、酒、三温糖、片栗粉、なたね油                                   | ★ おかおにぎり                     | 精白米、かつお節、しょうゆ                           | 精白米、ゆかり                         |
|        | 豆乳クリーム煮                | 鶏肉、人参、玉ねぎ、大根、小松菜、しめじ、豆乳、シチュールウ、コンソメ、なたね油                                            | わかめ、米しょうゆ、こんぶ                                                                       |                              |                                         |                                 |
|        | ごぼうのサラダ                | ごぼう、人参、胡瓜、コーン、胡麻、マヨドレ                                                               | ごぼう、人参、胡瓜、米しょうゆ、みりん、こんぶ                                                             |                              |                                         |                                 |
| 5 (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                                                        | チーズトースト / 飲むヨーグルト            | 食パン、チーズ、マヨドレ / 飲むヨーグルト                  | コーンスナック                         |
|        | ぶりの照り焼き                | ぶり、しょうゆ、みりん、酒                                                                       | たら、米しょうゆ、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、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                                                    |                              |                                         |                                 |
| 6 (水)  | 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                                                 | 果物                           | りんご                                     | りんご                             |
|        | ビーフンスープ                | ビーフン、人参、青梗菜、しょうゆ、鶏がらスープ                                                             | ビーフン、人参、青梗菜、米しょうゆ、こんぶ                                                               |                              |                                         |                                 |
|        | さかなっこ                  | さかなっこ（完了食と0歳児普通食は、チーズ）                                                              | みかん缶                                                                                |                              |                                         |                                 |
| 7 (木)  | ご飯 / ふりかけ              | 精白米 / ふりかけ                                                                          | 精白米 / ゆかり                                                                           | ヨーグルト（除去食は果物とお菓子）            | ヨーグルト、みかん缶                              | みかん缶、おこし社長                      |
|        | 豚野菜スープ                 | 豚肉、豆腐、人参、玉ねぎ、大根、キャベツ、にら、しめじ、しょうゆ、味噌、にんにく、鶏がらスープ、なたね油                                | 豚肉、人参、玉ねぎ、大根、キャベツ、にら、しめじ、米しょうゆ、米みそ、にんにく、こんぶ、なたね油                                    |                              |                                         |                                 |
|        | 蒸し野菜                   | ブロッコリー、さつま芋、塩                                                                       | ブロッコリー、さつま芋、塩                                                                       |                              |                                         |                                 |
| 8 (金)  | 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                                  | 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                                  | ナポリタン                        | スパゲッティ、人参、ピーマン、コーン、コンソメ、三温糖、ケチャップ       | 米糠、人参、ピーマン、コーン、除去コンソメ、三温糖、ケチャップ |
|        | すまし汁                   | 大根、舞茸、ゆず果汁、しょうゆ、だし                                                                  | 大根、舞茸、ゆず果汁、米しょうゆ、こんぶ                                                                |                              |                                         |                                 |
|        | 五目豆                    | 五目豆（大豆、人参、蓮根、椎茸、ごぼう、昆布）                                                             | 金時豆（小麦・大豆不使用）                                                                       |                              |                                         |                                 |
| 9 (土)  | お弁当の日                  |  |  |                              |                                         |                                 |
| 11 (月) | ご飯 / 赤だし               | 精白米 / わかめ、椎茸、赤みそ、牛乳、だし                                                              | 精白米 / わかめ、椎茸、米みそ、こんぶ                                                                | ゼリー                          | オレンジジュース、上白糖、寒天                         | オレンジジュース、上白糖、寒天                 |
|        | 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、里芋、青梗菜、エリンギ、ひじき、米しょうゆ、みりん、酒、こんぶ、なたね油                                      |                              |                                         |                                 |
|        | 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                                                                  |                              |                                         |                                 |
| 12 (火) | カレーうどん                 | うどん、豚肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、油揚げ、カレールウ、牛乳、だし、なたね油                                               | 米糠、豚肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、除去ルウ、なたね油                                                           | さつま芋ケーキ / 飲むヨーグルト            | ホットケーキミックス、牛乳、さつま芋、上白糖 / 飲むヨーグルト        | 米粉、さつま芋 / ジュース                  |
|        | 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                                                            |                              |                                         |                                 |
|        | 果物                     | みかん（完了期と0・1歳児はみかん缶）                                                                 | みかん（完了期と0・1歳児はみかん缶）                                                                 |                              |                                         |                                 |
| 13 (水) | パン                     | パン                                                                                  | 精白米                                                                                 | 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               |
|        | 豆乳クリーム煮                | 鶏肉、人参、玉ねぎ、大根、小松菜、しめじ、豆乳、シチュールウ、コンソメ、なたね油                                            | 豚肉、人参、玉ねぎ、大根、小松菜、しめじ、除去用シチュールウ、なたね油                                                 |                              |                                         |                                 |
|        | ごぼうのサラダ                | ごぼう、人参、胡瓜、コーン、胡麻、マヨドレ                                                               | ごぼう、人参、胡瓜、米しょうゆ、みりん、こんぶ                                                             |                              |                                         |                                 |
| 14 (木) | ご飯 / みそ汁               | 精白米 / 豆腐、わかめ、牛乳、味噌、だし                                                               | 精白米 / じゃが芋、わかめ、牛乳、味噌、だし                                                             | お菓子 / 飲むヨーグルト                | あずきのクラッカー                               | 米粉のロールケーキ                       |
|        | 里芋と白菜のあん煮              | 鶏肉、人参、玉ねぎ、里芋、白菜、椎茸、油揚げ、しょうゆ、鶏がらスープ、生姜、片栗粉、なたね油                                      | 豚肉、人参、玉ねぎ、里芋、白菜、椎茸、米しょうゆ、生姜、片栗粉、こんぶ、なたね油                                            |                              |                                         |                                 |
|        | ★ コーンと青梗菜のツナソテー        | コーン、青梗菜、ツナ、しょうゆ、なたね油                                                                | コーン、青梗菜、米しょうゆ、なたね油                                                                  |                              |                                         |                                 |
| 15 (金) | ハヤシライス                 | 精白米、牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト、マッシュルーム、グリーンピース、牛乳、ハヤシルウ、なたね油                                | 精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト、マッシュルーム、グリーンピース、除去ルウ、なたね油                                    | マカロニきな粉（除去食はお菓子とジュース）        | マカロニ、きな粉、上白糖                            | おこし社長 / ジュース                    |
|        | コンソメスープ                | 白菜、しめじ、コンソメ                                                                         | 白菜、しめじ、除去コンソメ                                                                       |                              |                                         |                                 |
|        | チーズ                    | チーズ                                                                                 | ラムネ                                                                                 |                              |                                         |                                 |
| 16 (土) | ご飯                     | 精白米                                                                                 | 精白米                                                                                 | パン                           | パン、マーガリン                                | コーンスナック                         |
|        | ボークビーンス                | 豚肉、ウィンナー、人参、玉ねぎ、じゃが芋、水素大豆、キャベツ、ブロッコリー、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、三温糖、なたね油                      | 豚肉、ウィンナー、人参、玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、ブロッコリー、トマト缶、ケチャップ、除去コンソメ、三温糖、なたね油                         |                              |                                         |                                 |
|        | ゼリー                    | ゼリー                                                                                 | ゼリー                                                                                 |                              |                                         |                                 |
| 18 (月) | 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                                                 | 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                       | さらきら星のおせんべい                     |
|        | ビーフンスープ                | ビーフン、人参、青梗菜、しょうゆ、鶏がらスープ                                                             | ビーフン、人参、青梗菜、米しょうゆ、こんぶ                                                               |                              |                                         |                                 |
|        | さかなっこ                  | さかなっこ（完了食と0歳児普通食は、チーズ）                                                              | みかん缶                                                                                |                              |                                         |                                 |
| 19 (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                                                        | ヨーグルト（除去食は果物とお菓子）            | ヨーグルト、いちごジャム                            | みかん缶、米粉のロールケーキ                  |
|        | ぶりの照り焼き                | ぶり、しょうゆ、みりん、酒                                                                       | たら、米しょうゆ、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、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                                                    |                              |                                         |                                 |
| 20 (水) | （パースデーランチ）ご飯 / コンソメスープ | 精白米 / えのき、キャベツ、コンソメ                                                                 | 精白米 / えのき、キャベツ、除去コンソメ                                                               | ドーナツ / 飲むヨーグルト（除去食はウインナーケーキ） | ホットケーキミックス、牛乳、上白糖、グラニュー糖、なたね油 / 飲むヨーグルト | 米粉、ウィンナー / 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                                                             |                              |                                         |                                 |
|        | ポテトサラダ / ゼリー           | じゃが芋、人参、ブロッコリー、コーン、マヨドレ / ゼリー                                                       | じゃが芋、人参、ブロッコリー、コーン、塩 / ゼリー                                                          |                              |                                         |                                 |
| 21 (木) | ご飯 / ふりかけ              | 精白米 / ふりかけ                                                                          | 精白米 / ゆかり                                                                           | お昼のラスク（除去食はわかめおにぎり）          | 餅、上白糖、バター                               | 精白米、炊き込みわかめ                     |
|        | 豚野菜スープ                 | 豚肉、豆腐、人参、玉ねぎ、大根、キャベツ、にら、しめじ、しょうゆ、味噌、にんにく、鶏がらスープ、なたね油                                | 豚肉、人参、玉ねぎ、大根、キャベツ、にら、しめじ、米しょうゆ、米みそ、にんにく、こんぶ、なたね油                                    |                              |                                         |                                 |
|        | 蒸し野菜                   | ブロッコリー、さつま芋、塩                                                                       | ブロッコリー、さつま芋、塩                                                                       |                              |                                         |                                 |
| 22 (金) | 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                                  | 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                                  | 南瓜蒸しパン / 飲むヨーグルト             | ホットケーキミックス、牛乳、上白糖、南瓜 / 飲むヨーグルト          | 米粉、南瓜 / ジュース                    |
|        | すまし汁                   | 大根、舞茸、ゆず果汁、しょうゆ、だし                                                                  | 大根、舞茸、ゆず果汁、米しょうゆ、こんぶ                                                                |                              |                                         |                                 |
|        | 五目豆                    | 五目豆（大豆、人参、蓮根、椎茸、ごぼう、昆布）                                                             | 金時豆（小麦・大豆不使用）                                                                       |                              |                                         |                                 |
| 23 (土) | ご飯                     | 精白米                                                                                 | 精白米                                                                                 | お菓子                          | ポテコ                                     | ポテコ                             |
|        | 野菜と春雨煮                 | 豚肉、春雨、人参、玉ねぎ、キャベツ、椎茸、鶏がらスープ、しょうゆ、なたね油                                               | 豚肉、春雨、人参、玉ねぎ、キャベツ、椎茸、米しょうゆ、こんぶ、なたね油                                                 |                              |                                         |                                 |
|        | ゼリー                    | ゼリー                                                                                 | ゼリー                                                                                 |                              |                                         |                                 |
| 25 (月) | （クリスマスランチ）パン / コーンスープ  | パン / コーン、牛乳、コーンスープの素                                                                | 精白米 / コーン、除去用コーンスープ                                                                 | いちごのケーキ / ジュース               | ホットケーキミックス、牛乳、上白糖、ホイップ、いちご / ジュース       | 米粉、いちご / ジュース                   |
|        | 鍋の照り焼き                 | 鶏肉、しょうゆ、みりん、酒                                                                       | 豚肉、米しょうゆ、みりん、酒                                                                      |                              |                                         |                                 |
|        | マカロニサラダ / コーンスナック      | マカロニ、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ / コーンスナック                                                       | さつま芋、人参、胡瓜、コーン、塩 / コーンスナック                                                          |                              |                                         |                                 |
| 26 (火) | カレーうどん                 | うどん、豚肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、油揚げ、カレールウ、牛乳、だし、なたね油                                               | 米糠、豚肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、除去ルウ、なたね油                                                           | きな粉ラスク（除去食はゆかりおにぎり）          | 食パン、きな粉、上白糖、バター                         | 精白米、ゆかり                         |
|        | 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                                                            |                              |                                         |                                 |
|        | 果物                     | みかん（完了期と0・1歳児はみかん缶）                                                                 | みかん（完了期と0・1歳児はみかん缶）                                                                 |                              |                                         |                                 |
| 27 (水) | ご飯 / 赤だし               | 精白米 / わかめ、椎茸、赤みそ、牛乳、だし                                                              | 精白米 / わかめ、椎茸、米みそ、こんぶ                                                                | カルピスゼリー                      | カルピス、寒天、上白糖                             | ぶどうジュース、上白糖、寒天                  |
|        | 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、里芋、青梗菜、エリンギ、ひじき、米しょうゆ、みりん、酒、こんぶ、なたね油                                      |                              |                                         |                                 |
|        | 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                                                                  |                              |                                         |                                 |
| 28 (木) | ご飯 / みそ汁               | 精白米 / 豆腐、わかめ、牛乳、味噌、だし                                                               | 精白米 / じゃが芋、わかめ、牛乳、味噌、だし                                                             | お菓子                          | ビスケット                                   | おこし社長                           |
|        | 里芋と白菜のあん煮              | 鶏肉、人参、玉ねぎ、里芋、白菜、椎茸、油揚げ、しょうゆ、鶏がらスープ、生姜、片栗粉、なたね油                                      | 豚肉、人参、玉ねぎ、里芋、白菜、椎茸、米しょうゆ、生姜、片栗粉、こんぶ、なたね油                                            |                              |                                         |                                 |
|        | ★ コーンと青梗菜のツナソテー        | コーン、青梗菜、ツナ、しょうゆ、なたね油                                                                | コーン、青梗菜、米しょうゆ、なたね油                                                                  |                              |                                         |                                 |

- \* 2日、6日、9日、11日、23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かます。ただし、4日、13日は牛乳がつかません。
- \* 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。