



	普通食	材料	除去食	おやつ	材料	除去食
1 (木)	ご飯 / みそ汁	精白米 / 油揚げ、キャベツ、味噌、牛乳、だし	精白米 / キャベツ、わかめ、米みそ、こんぶ	★ 野菜クラッカー (除去食はお菓子)	薄力粉、粉チーズ、なたね油、食塩、人参、パセリ	おこし社長
	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、水素大豆、人参、油揚げ、こんにやく、しょうゆ、みりん、三温糖、だし	ひじき、人参、こんにやく、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ			
2 (金)	(部分ランチ) 納豆手巻きご飯 / 赤だし	精白米、納豆、しょうゆ、みりん、だし、のり / わかめ、椎茸、赤だし、牛乳、だし	精白米、ゆかり、のり / わかめ、椎茸、米みそ、こんぶ	鬼まんじゅう / 飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、上白糖、さつま芋 / 飲むヨーグルト	米粉、さつま芋 / ジュース
	牛肉と南瓜の田舎煮	牛肉、人参、玉ねぎ、南瓜、じゃが芋、しらたき、水素大豆、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、しらたき、水素大豆、ひじき、しょうゆ、みりん、酒、三温糖、こんぶ、なたね油			
	さかなっこ	さかなっこ (完了食・0歳児普通食は、チーズ)	ラムネ			
3 (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			
	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)			
5 (月)	ご飯 / 中華スープ	精白米 / 餃子の皮、わかめ、中華だし	精白米 / 大根、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
	厚揚げの甘酢あん	豚肉、人参、玉ねぎ、厚揚げ、椎茸、ピーマン、パプリカ、酢豚の素、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、椎茸、ピーマン、パプリカ、除去コンソメ、ケチャップ、米酢、なたね油			
	胡瓜のこんぶ和え	胡瓜、塩こんぶ	胡瓜、ゆかり			
6 (火)	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	チーズトースト (除去食はさつま芋の甘煮)	食パン、チーズ、マヨドレ	さつま芋、三温糖
	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			
7 (水)	ご飯 / 赤だし	精白米 / 豆腐、椎茸、赤みそ、だし	精白米 / 椎茸、わかめ、米みそ、こんぶ	ヨーグルト (除去食はみかん缶とお菓子)	ヨーグルト、いちごジャム	きらきら星のおせんべい / ジュース
	めかじきの照り焼き	めかじき、しょうゆ、みりん、酒	たら、米しょうゆ、みりん、酒			
	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			
8 (木)	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	ゆかりおにぎり	精白米、ゆかり / こんぶ	精白米、ゆかり / ラムネ
	ツナと切干大根の煮付け	切干大根、ツナ、人参、ごま、しょうゆ、三温糖、だし	切干大根、人参、米しょうゆ、三温糖、こんぶ			
	果物	バナナ	みかん缶			
9 (金)	ご飯 / みそ汁	精白米 / なめこ、わかめ、味噌、牛乳、だし	精白米 / なめこ、わかめ、米みそ、こんぶ	豆腐のケーキ / 飲むヨーグルト (除去食はさつま芋ケーキ)	ホットケーキミックス、上白糖、牛乳、豆腐 / 飲むヨーグルト	米粉、さつま芋 / ジュース
	里芋のそぼろあんかけ	鶏ミンチ、里芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、しょうゆ、三温糖、片栗粉、だし、なたね油	豚ミンチ、里芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、米しょうゆ、三温糖、片栗粉、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 (土)	ご飯	精白米	精白米	パン (除去食はお菓子)	パン、マーガリン	ポテコ
	ポークビーンズ	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			
13 (火)	ご飯	精白米	精白米	ゼリー入りフルーツポンチ	ぶどうジュース、上白糖、寒天、みかん缶、パイナップル、りんごジュース	ぶどうジュース、上白糖、寒天、みかん缶、パイナップル、りんごジュース
	春雨と肉団子のスープ	豚ミンチ、白ねぎ、人参、白菜、春雨、小松菜、生姜、しょうゆ、酒、塩、鶏がらスープ、片栗粉、ごま油	豚ミンチ、白ねぎ、人参、白菜、春雨、小松菜、生姜、米しょうゆ、酒、塩、除去コンソメ、片栗粉			
	蒸し野菜	南瓜、ブロッコリー、塩	南瓜、ブロッコリー、塩			
14 (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			
	チーズ	チーズ	ラムネ			
15 (木)	ご飯 / みそ汁	精白米 / 油揚げ、キャベツ、味噌、牛乳、だし	精白米 / キャベツ、わかめ、米みそ、こんぶ	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	米麺、人参、ピーマン、コーン、除去コンソメ、三温糖、ケチャップ
	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、水素大豆、人参、油揚げ、こんにやく、しょうゆ、みりん、三温糖、だし	ひじき、人参、こんにやく、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ			
16 (金)	ご飯 / ましまし汁	精白米 / 豆腐、わかめ、しょうゆ、だし	精白米 / わかめ、米しょうゆ、こんぶ	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、ウィンナー / ジュース
	★ 豚肉と冬野菜の味噌炒め	豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、大根、ほうれん草、ブロッコリー、酒、三温糖、味噌、しょうゆ、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、大根、ほうれん草、ブロッコリー、酒、三温糖、米みそ、米しょうゆ、なたね油			
	糸こんにゃく	糸こんにゃく、人参、ツナ、絹さや、胡麻、しょうゆ、みりん、だし	糸こんにゃく、人参、絹さや、米しょうゆ、みりん、こんぶ			
17 (土)	お弁当の日					
19 (月)	ご飯 / 中華スープ	精白米 / 餃子の皮、わかめ、中華だし	精白米 / 大根、わかめ、米しょうゆ、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
	厚揚げの甘酢あん	豚肉、人参、玉ねぎ、厚揚げ、椎茸、ピーマン、パプリカ、酢豚の素、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、椎茸、ピーマン、パプリカ、除去コンソメ、ケチャップ、米酢、なたね油			
	胡瓜のこんぶ和え	胡瓜、塩こんぶ	胡瓜、ゆかり			
20 (火)	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	お菓子 / 飲むヨーグルト	クラッカー / 飲むヨーグルト	米粉のロールケーキ / 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			
21 (水)	ご飯 / 赤だし	精白米 / 豆腐、椎茸、赤みそ、だし	精白米 / 椎茸、わかめ、米みそ、こんぶ	ヨーグルト (除去食はお菓子)	ヨーグルト、みかん缶	みかん缶、きらきら星のおせんべい
	めかじきの照り焼き	めかじき、しょうゆ、みりん、酒	たら、米しょうゆ、みりん、酒			
	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			
22 (木)	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	ジャムサンド / 飲むヨーグルト (除去食はわかめおにぎり)	食パン、いちごジャム / 飲むヨーグルト	精白米、炊き込みわかめ
	ツナと切干大根の煮付け	切干大根、ツナ、人参、ごま、しょうゆ、三温糖、だし	切干大根、人参、米しょうゆ、三温糖、こんぶ			
	果物	バナナ	みかん缶			
24 (土)	ご飯	精白米	精白米	パン (除去食はお菓子)	パン、いちごジャム	ポテコ
	ポークビーンズ	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			
26 (月)	ご飯 / みそ汁	精白米 / なめこ、わかめ、味噌、牛乳、だし	精白米 / なめこ、わかめ、米みそ、こんぶ	お菓子のラスク (除去食はゆかりおにぎり)	飴、上白糖、バター	精白米、ゆかり
	里芋のそぼろあんかけ	鶏ミンチ、里芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、しょうゆ、三温糖、片栗粉、だし、なたね油	豚ミンチ、里芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、米しょうゆ、三温糖、片栗粉、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			
27 (火)	ご飯	精白米	精白米	揚げパン / 飲むヨーグルト (除去食はお菓子)	丸パン、きな粉、上白糖、なたね油 / 飲むヨーグルト	おこし社長 / ジュース
	春雨と肉団子のスープ	豚ミンチ、白ねぎ、人参、白菜、春雨、小松菜、生姜、しょうゆ、酒、塩、鶏がらスープ、片栗粉、ごま油	豚ミンチ、白ねぎ、人参、白菜、春雨、小松菜、生姜、米しょうゆ、酒、塩、除去コンソメ、片栗粉			
	蒸し野菜	南瓜、ブロッコリー、塩	南瓜、ブロッコリー、塩			
28 (水)	(バスデーランチ) 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	カナッペ / 飲むヨーグルト (除去食はゼリー)	ルヴァン、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、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、コーン、胡瓜、マヨドレ / ゼリー	さつま芋、人参、コーン、胡瓜、塩 / ゼリー			
29 (木)	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	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
	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			
	チーズ	チーズ	ラムネ			

- * 3日、5日、14日、17日、19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、8日と13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。