



	普通食	材料	除去食	おやつ	材料	除去食
3月	中華丼	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、椎茸、もやし、ピーマン、片栗粉、中華だし、なたね油	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、椎茸、もやし、ピーマン、片栗粉、米しょうゆ、こんぶ、なたね油	ジャムサンド	食パン、いちごジャム	きらきら星のおせんべい
	中華スープ	春雨、人参、しょうゆ、鶏がらスープ	春雨、人参、こんぶ、米しょうゆ			
	胡瓜の中華和え	胡瓜、ごま、しょうゆ、ごま油	胡瓜、米しょうゆ			
4月	ご飯/みそ汁	精白米/椎茸、キャベツ、味噌、牛乳、だし	精白米/椎茸、キャベツ、米みそ、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、さつま芋/飲むヨーグルト	米粉、さつま芋/ジュース
	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、胡麻、青のり	豚ミンチ、玉ねぎ、片栗粉、米みそ、酒、青のり			
	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			
5月	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、絹さや、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、絹さや、ひじき、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ、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	おこし社長/ジュース
	すまし汁	大根、わかめ、しょうゆ、だし	大根、わかめ、米しょうゆ、こんぶ			
	ゼリー	ゼリー	ゼリー			
6月	カレーライス	精白米、牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、コンソメ、牛乳、カレールウ、なたね油	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、除去ルウ、なたね油	果物	りんご	りんご
	コンソメスープ	キャベツ、人参、コンソメ	キャベツ、人参、除去コンソメ			
	チーズ	チーズ	みかん缶			
7月	ご飯/すまし汁	精白米/豆腐、わかめ、しょうゆ、だし	精白米/わかめ、椎茸、米しょうゆ、こんぶ	あじさいゼリー	ぶどうジュース、りんごジュース、寒天、上白糖	ぶどうジュース、りんごジュース、寒天、上白糖
	ぶりの照り焼き	ぶり、しょうゆ、みりん、酒	鯛、米しょうゆ、みりん、酒			
	切干大根のナムル	切干大根、ツナ、人参、もやし、小松菜、ごま油、米酢、しょうゆ、三温糖	切干大根、人参、もやし、小松菜、米酢、米しょうゆ、三温糖			
8月	ご飯	精白米	精白米	お菓子	ポテコ	ポテコ
	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			
	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)			
10月	ご飯/コンソメスープ	精白米/キャベツ、人参、コンソメ	精白米/キャベツ、人参、除去コンソメ	いちごのバナナコッタ風	フルーチェ、牛乳、練乳、ゼラチン	オレンジジュース、寒天、上白糖
	★鶏肉のコーンフレーク焼き	鶏肉、塩、コーンフレーク、パン粉、マヨネーズ、粉チーズ	豚肉、片栗粉、米しょうゆ、生姜、みりん、酒、なたね油			
	ポテトサラダ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、塩			
11月	(5歳児リクエストメニュー) ぶりかけご飯/すまし汁	精白米、ぶりかけ/わかめ、鮓、しょうゆ、だし	精白米/わかめ、大根、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	米粉のロールケーキ
	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			
	糸こんにゃくちらし	糸こんにゃく、人参、絹さや、ツナ、ごま、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			
12月	ジャージャー麺	中華麺、豚ミンチ、胡瓜、みそ、三温糖、しょうゆ、酒、片栗粉、白ねぎ、ごま油	米麺、豚ミンチ、胡瓜、米みそ、三温糖、米しょうゆ、酒、片栗粉、白ねぎ、なたね油	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
	スープ	もやし、キャベツ、鶏がらスープ、しょうゆ	もやし、キャベツ、米しょうゆ、こんぶ			
	ひじきとコーンの煮物	ひじき、人参、蓮根、油揚げ、糸こんにゃく、いんげん、コーン、みりん、三温糖、しょうゆ、だし、なたね油	ひじき、人参、蓮根、糸こんにゃく、いんげん、コーン、みりん、三温糖、米しょうゆ、こんぶ、なたね油			
13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	パン/飲むヨーグルト	レーズンドッグ/飲むヨーグルト	おこし社長/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			
	さかなっこ	さかなっこ(完了食はチーズ)	ラムネ			
14月	ご飯/赤だし	精白米/椎茸、鮓、赤みそ、牛乳、だし	精白米/椎茸、わかめ、米みそ、こんぶ	ヨーグルト	ヨーグルト、みかん缶	みかん缶、きらきら星のせんべい
	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、ひじき、米しょうゆ、みりん、酒、三温糖、こんぶ、なたね油			
	わかめの酢の物	わかめ、胡瓜、米酢、三温糖、しょうゆ	わかめ、胡瓜、米酢、三温糖、米しょうゆ			
15月	ご飯	精白米	精白米	パン	パン、いちごジャム	コーンスナック
	ビーフシチュー	鶏肉、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			
	チーズ	チーズ	ゼリー			
17月	中華丼	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、椎茸、もやし、ピーマン、片栗粉、中華だし、なたね油	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、椎茸、もやし、ピーマン、片栗粉、米しょうゆ、こんぶ、なたね油	★塩こんぶバスタ	スパゲッティ、塩こんぶ、キャベツ	精白米、ゆかり
	中華スープ	春雨、人参、しょうゆ、鶏がらスープ	春雨、人参、こんぶ、米しょうゆ			
	胡瓜の中華和え	胡瓜、ごま、しょうゆ、ごま油	胡瓜、米しょうゆ			
18月	ご飯/みそ汁	精白米/椎茸、キャベツ、味噌、牛乳、だし	精白米/椎茸、キャベツ、米みそ、こんぶ	キャラメルラスク(除去食はさつま芋の甘栗)	食パン、練乳、バター、上白糖	さつま芋、三温糖
	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、胡麻、青のり	豚ミンチ、玉ねぎ、片栗粉、米みそ、酒、青のり			
	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			
19月	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、絹さや、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、絹さや、ひじき、米しょうゆ、みりん、三温糖、こんぶ、なたね油	お菓子/飲むヨーグルト	ビスケット/飲むヨーグルト	コーンスナック/ジュース
	すまし汁	大根、わかめ、しょうゆ、だし	大根、わかめ、米しょうゆ、こんぶ			
	ゼリー	ゼリー	ゼリー			
20月	カレーライス	精白米、牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、コンソメ、牛乳、カレールウ、なたね油	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース、除去ルウ、なたね油	果物	りんご	りんご
	コンソメスープ	キャベツ、人参、コンソメ	キャベツ、人参、除去コンソメ			
	チーズ	チーズ	みかん缶			
21月	ご飯/すまし汁	精白米/豆腐、わかめ、しょうゆ、だし	精白米/わかめ、椎茸、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
	ぶりの照り焼き	ぶり、しょうゆ、みりん、酒	鯛、米しょうゆ、みりん、酒			
	切干大根のナムル	切干大根、ツナ、人参、もやし、小松菜、ごま油、米酢、しょうゆ、三温糖	切干大根、人参、もやし、小松菜、米酢、米しょうゆ、三温糖			
22月	ご飯	精白米	精白米	お菓子	ポテコ	ポテコ
	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			
	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)			
24月	ご飯/コンソメスープ	精白米/キャベツ、人参、コンソメ	精白米/キャベツ、人参、除去コンソメ	チーズ蒸しパン/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、チーズ、上白糖/飲むヨーグルト	米粉、さつま芋/ジュース
	★鶏肉のコーンフレーク焼き	鶏肉、塩、コーンフレーク、パン粉、マヨネーズ、粉チーズ	豚肉、片栗粉、米しょうゆ、生姜、みりん、酒、なたね油			
	ポテトサラダ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、塩			
25月	(バスデーランチ) ホットドッグ	パン、ウインナー、キャベツ、カレールウ、ケチャップ、なたね油(乳児はウインナーの代わりにハム、ケチャップの代わりにマヨドレを使用)	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、ケチャップ、三温糖、除去コンソメ、なたね油	カナッペ/飲むヨーグルト	クラッカー、ホイップ、みかん缶/飲むヨーグルト	ぶどうジュース、寒天、缶ジュース
	クリームシチュー	鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ブロッコリー、クリームシチュールウ、牛乳、なたね油	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ブロッコリー、コン、除去用クリームルウ、なたね油			
	ゼリー	ゼリー	ゼリー			
26月	ジャージャー麺	中華麺、豚ミンチ、胡瓜、みそ、三温糖、しょうゆ、酒、片栗粉、白ねぎ、ごま油	米麺、豚ミンチ、胡瓜、米みそ、三温糖、米しょうゆ、酒、片栗粉、白ねぎ、なたね油	塩こんぶおにぎり(除去食はわかめおにぎり)	精白米、塩こんぶ、ごま油	精白米、炊き込みわかめ
	スープ	もやし、キャベツ、鶏がらスープ、しょうゆ	もやし、キャベツ、米しょうゆ、こんぶ			
	ひじきとコーンの煮物	ひじき、人参、蓮根、油揚げ、糸こんにゃく、いんげん、コーン、みりん、三温糖、しょうゆ、だし、なたね油	ひじき、人参、蓮根、糸こんにゃく、いんげん、コーン、みりん、三温糖、米しょうゆ、こんぶ、なたね油			
27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	果物/お菓子	バナナ/ビスコ	りんご/ポテコ
	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			
	さかなっこ	さかなっこ(完了食はチーズ)	ラムネ			
28月	ご飯/赤だし	精白米/椎茸、鮓、赤みそ、牛乳、だし	精白米/椎茸、わかめ、米みそ、こんぶ	ヨーグルト	ヨーグルト、いちごジャム	おこし社長
	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、ひじき、米しょうゆ、みりん、酒、三温糖、こんぶ、なたね油			
	わかめの酢の物	わかめ、胡瓜、米酢、三温糖、しょうゆ	わかめ、胡瓜、米酢、三温糖、米しょうゆ			
29月	ご飯	精白米	精白米	パン	パン、マーガリン	コーンスナック
	ビーフシチュー	鶏肉、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			
	チーズ	チーズ	ゼリー			

* 6、7、8、20、21、22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付きません。ただし、7日、13日、27日は牛乳が付きません。
 * 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。