



日	普通食	材料	除去食	日	おやつ	材料	除去
15 (火)	* 鶏肉のマーマレード焼き ツナと切干大根の炒め煮	精白米/麩、わかめ、しょうゆ、だし	精白米/大根、わかめ、米しょうゆ、こんぶ	1	マカロニきな粉 (除去食はおにぎり)	マカロニ、きな粉、上白糖	精白米、ゆかり
		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	15	みかんヨーグルト (除去食は果物とお菓子)	ヨーグルト、みかん缶	みかん缶、米粉ロールクッキー
		切干大根、ツナ、人参、胡麻、しょうゆ、三温糖、だし、なたね油	切干大根、人参、米しょうゆ、三温糖、こんぶ、なたね油				
(水) 28 (月)	* 肉豆腐 糸こんにゃく	精白米/椎茸、三つ葉、赤みそ、牛乳、だし	精白米/椎茸、三つ葉、赤みそ、こんぶ	2	いちごヨーグルト (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、きらきら星のせんべい
		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	28	コーンフレークのヨーグルトがけ (除去食はお菓子)	ヨーグルト、コーンフレーク、シロップ	おこし社長
		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				
* 17 (木)	* かつおのきのこあんかけ ★ ほうれん草の白和え	精白米/キャベツ、じゃが芋、味噌、牛乳、だし	精白米/キャベツ、じゃが芋、赤みそ、こんぶ	3	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
		かつお、人参、玉ねぎ、椎茸、しめじ、えのき、しょうゆ、酒、塩、だし、片栗粉、なたね油	たら、人参、玉ねぎ、椎茸、しめじ、米しょうゆ、酒、塩、こんぶ、片栗粉、なたね油	17	★ ブルーベリーケーキ/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、ブルーベリージャム、バター/飲むヨーグルト	米粉、ブルーベリージャム/ジュース
		ほうれん草、人参、豆腐、味噌、三温糖、ごま	ほうれん草、人参、赤みそ、三温糖				
4 18 (金)	* さつま芋カレー * コンソメスープ チーズ	精白米、牛肉、人参、玉ねぎ、さつま芋、グリーンピース、カレールウ、牛乳、コンソメ、なたね油	精白米、豚肉、人参、玉ねぎ、さつま芋、グリーンピース、除去ルウ、なたね油	4	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	米粉、人参、ピーマン、コーン、除去用ソース
		豆腐、人参、小松菜、コンソメ	人参、小松菜、除去コンソメ	18	果物/お菓子	柿/芋けんぴ	柿/芋けんぴ
		チーズ	ラムネ				
5 19 (土)	* ご飯 * 味噌煮 * 五目豆	精白米	精白米	5	パン	パン、マーガリン	コーンスナック
		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、赤みそ、こんぶ、なたね油	19	パン	パン、いちごジャム	コーンスナック
		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)				
7 21 (月)	* マーボー丼 * 中華スープ 大根と人参の甘酢和え	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、豆腐、ピーマン、味噌、三温糖、中華だし、片栗粉、ごま油	精白米、豚ミンチ、人参、玉ねぎ、ピーマン、米しょうゆ、赤みそ、こんぶ、片栗粉、なたね油	7	お麩のラスク (除去食はお菓子)	麩、上白糖、バター	きらきら星のおせんべい
		餃子の皮、わかめ、中華だし	わかめ、人参、米しょうゆ、こんぶ	21	パン (除去食はお菓子)	レーズンドッグ	きらきら星のおせんべい
		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				
8 22 (火)	* あんかけ焼きそば * スープ * 果物	中華麺、豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、しめじ、きくらげ、中華だし、しょうゆ、みりん、酒、三温糖、ソース、片栗粉、ごま油、なたね油	米麺、豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、しめじ、きくらげ、米しょうゆ、みりん、酒、三温糖、片栗粉、なたね油	8	わかめおにぎり/こんぶ	精白米、焼き込みわかめ/こんぶ	精白米、焼き込みわかめ/ラムネ
		豆腐、わかめ、鶏がらスープ、しょうゆ	わかめ、米しょうゆ、こんぶ	22	わかめおにぎり/こんぶ	精白米、焼き込みわかめ/こんぶ	精白米、焼き込みわかめ/ラムネ
		バナナ	みかん缶				
9 23 (水)	* ご飯/みそ汁 * 豆腐入り松風焼き * 胡瓜のこんぶ和え	精白米/椎茸、キャベツ、味噌、牛乳、だし	精白米/椎茸、キャベツ、赤みそ、こんぶ	9	焼き芋	さつま芋	さつま芋
		豚ミンチ、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、赤みそ、酒、青のり	23	りんごジャムケーキ/飲むヨーグルト	ホットケーキミックス、牛乳、りんごジャム、バター/飲むヨーグルト	米粉、りんごジャム/ジュース
		胡瓜、塩こんぶ	胡瓜、ゆかり				
10 24 (木)	* ご飯/すまし汁 * 豚肉とひろうすの煮付け * キャベツのサラダ	精白米/麩、わかめ、しょうゆ、だし	精白米/わかめ、大根、米しょうゆ、こんぶ	10	ゼリー入りフルーツボンチ	ぶどうジュース、寒天、上白糖、みかん缶、パイナップル、りんごジュース	ぶどうジュース、寒天、上白糖、みかん缶、パイナップル、りんごジュース
		豚肉、ひろうす、人参、玉ねぎ、大根、さやいんげん、ひじき、しょうゆ、みりん、酒、だし、なたね油	豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、大根、さやいんげん、ひじき、米しょうゆ、みりん、酒、こんぶ、なたね油	24	コンポート	さつま芋、りんご、上白糖	さつま芋、りんご、上白糖
		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				
11 25 (金)	* ご飯 * 牛肉と南瓜の田舎煮 * けんちん汁	精白米	精白米	11	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
		牛肉、人参、玉ねぎ、南瓜、じゃが芋、しらたき、水煮大豆、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	25	お菓子	あずきクラッカー	コーンスナック
		人参、大根、ごぼう、椎茸、豆腐、しょうゆ、だし	人参、大根、ごぼう、椎茸、米しょうゆ、こんぶ				
12 26 (土)	* ご飯 * ポトフ * セリー	精白米	精白米	12	お菓子	ポテコ	ポテコ
		豚肉、ウインナー、人参、玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、ブロッコリー、コンソメ、なたね油	豚肉、ウインナー、人参、玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、ブロッコリー、除去コンソメ、なたね油	26	お菓子	ポテコ	ポテコ
		セリー	セリー				
16 29 (火)	* 納豆ひき肉丼 * ビーフンスープ * さかなっこ	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	16	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
		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	29	果物	りんご	りんご
		さかなっこ(完了食はチーズ)	みかん缶				
30 (水)	* (ハースデーランチ) * ご飯/すまし汁 * 野菜ハンバーグ * さつま芋サラダ/ゼリー	精白米/豆腐、わかめ、しょうゆ、だし	精白米/大根、わかめ、米しょうゆ、こんぶ	30	フルーツサンド/飲むヨーグルト (除去食はぶどうゼリー)	食パン、ホイップ、みかん缶/飲むヨーグルト	ぶどうジュース、寒天、上白糖、みかん缶/ジュース
		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				
		さつま芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ/ゼリー	さつま芋、人参、胡瓜、コーン、塩/ゼリー				
31 (木)	* (ハロウィンランチ) * おぼけのシチューライス * コンソメスープ * マカロニサラダ	精白米、鶏肉、玉ねぎ、人参、南瓜、ちくわ、グリーンピース、クリームシチュールウ、牛乳、なたね油	精白米、豚肉、玉ねぎ、人参、南瓜、グリーンピース、除去用クリームシチュールウ、なたね油	31	ゼリー/お菓子	オレンジジュース、上白糖、寒天/かぼちゃのお菓子	オレンジジュース、上白糖、寒天/コーンスナック
		豆腐、人参、青梗菜、コンソメ	人参、青梗菜、除去コンソメ				
		マカロニ、人参、コーン、胡瓜、マヨドレ	じゃが芋、人参、コーン、胡瓜、塩				

* 9日、10日、12日、16日、18日、24日、26日、29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には牛乳が付きません。ただし、2日、8日、10日、15日、16日、22日、28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、新しい服立です。