



日	普通食	材料	除去食	日	おやつ	材料	除去
15 (火)	1 ご飯/すまし汁	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
	・ 鶏肉のマーメレード焼き	鶏肉、しょうゆ、三温糖、塩、マーメレード、片栗粉	豚肉、米しょうゆ、三温糖、塩、マーメレード、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
	(水) ツナと切干大根の炒め煮	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	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
28 (月)	2 ご飯/赤だし	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	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
	(水) 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	28	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
	(木) 糸こんにゃく	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	3	★ 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
17 (木)	3 ご飯/みそ汁	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
	・ かつおのきのこあんかけ	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
	(木) ★ ほうれん草の白和え	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	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
18 (金)	4 さつま芋カレー	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
	・ コンソメスープ	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
	(金) チーズ	チーズ	ラムネ	5	パン	パン、マーガリン	コーンスナック
19 (土)	5 ご飯	精白米	精白米	5	パン	パン、マーガリン	コーンスナック
	・ 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、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
	(土) 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)	7	お菓子のラスク (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
21 (月)	7 マーボー丼	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	お菓子のラスク (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
	・ 中華スープ	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
	(月) 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	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
22 (火)	8 あんかけ焼きそば	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
	・ スープ	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
	(火) 果物	バナナ	みかん缶	9	焼き芋	さつま芋	さつま芋
23 (水)	9 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、赤みそ、こんぶ	9	焼き芋	さつま芋	さつま芋
	・ 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、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
	(水) 胡瓜のこんぶ和え	胡瓜、塩こんぶ	胡瓜、ゆかり	10	ゼリー入りフルーツポンチ	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
24 (木)	10 ご飯/すまし汁	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ポンチ	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
	・ 豚肉とひろうすの煮付け	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	コンボート	さつま芋、りんご、上白糖	さつま芋、りんご、上白糖
	(木) 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	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
25 (金)	11 ご飯	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
	(金) けんちん汁	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	お菓子	ポテコ	ポテコ
26 (土)	12 ご飯	精白米	精白米	12	お菓子	ポテコ	ポテコ
	・ ポトフ	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
	(土) セリー	セリー	セリー	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
29 (火)	16 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	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
	(火) 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	29	果物	りんご	りんご
	(火) さかなっこ	さかなっこ(完了食はチーズ)	みかん缶	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
30 (水)	(ハースデーランチ)			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
	・ ご飯/すまし汁	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	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
	(水) 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				
31 (木)	さつま芋サラダ/ゼリー	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				
	(ハロウィンランチ)						
	おぼけのシチューライス	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
(木) 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					
(木) マカロニサラダ	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。