

日	曜	屋敷献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)	10時おやつ
1	火	ごはん 白身魚のりやき 小松菜の納豆あえ みそ汁	カレーうどん 牛乳	熱と力になるもの 米、干しうどん、砂糖、ごま油 血や肉や骨になるもの 牛乳、かき、絹ごし豆腐、焼きわら納豆、豚こま肉、白みそ、しらす干し、かつお節	せんべい 牛乳
2	水	クリームシチュー もやしのサラダ オレンジ	クッパ 牛乳	ロールパン、じゃがいも、米、マヨネーズ 牛乳、鶏もも肉、豚肉(ばら)、卵、すりごま	せんべい 牛乳
3	木	あんかけやきそば きゅうりとちくわのサラダ オレンジ	みそ汁 牛乳	さつまいも、焼きそばめん、マヨネーズ、片栗粉 牛乳、豚肉(ばら)、ちくわ、ごま	せんべい 牛乳
4	金	ごはん 鶏肉ごま照り焼き 春雨の中華サラダ みそ汁	たきごみごはん 牛乳	米、はるさめ、ごま油、砂糖 牛乳、鶏もも肉、絹ごし豆腐、油揚げ、ちくわ、白みそ、かつお節、黒ごま	せんべい 牛乳
5	土	肉じゃが はるさめサラダ みそ汁	ゼリー・おかし 牛乳	米、じゃがいも、はるさめ、油、砂糖 豚こま肉、白みそ、かつお節	せんべい 牛乳
6	日				
7	月	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き マカロニサラダ スープ	大学いも 牛乳	さつまいも、米、マカロニ、砂糖、油、マヨネーズ 牛乳、鶏もも肉、ベーコン、ハム、黒ごま	せんべい 牛乳
8	火	ごはん 鮭のマヨネーズやき いとこんぶ煮 みそ汁	マロヤ 牛乳	米、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、油 牛乳、さけ、さつま揚げ、白みそ、油揚げ、だいたいず水煮豆腐、かつお節	せんべい 牛乳
9	水	ごはん 鶏肉つくねやき ひじき炒り煮 みそ汁	もちもちチーズ 牛乳	米、白玉粉、油、パン粉、小麦粉、焼ふ、砂糖 牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、卵、豚肉(ばら)、白みそ、ハム、卵、粉チーズ、かつお節	せんべい 牛乳
10	木	ごはん かじきのごまみそやき ごもくきんぴら すまし汁	カリカリトースト 牛乳	米、食パン、板こんにやく、マヨネーズ、砂糖、油 牛乳、かじき、絹ごし豆腐、豚肉(ロース)、ベーコン、ごま、白みそ、かつお節	せんべい 牛乳
11	金	ごはん 鶏肉つくねやき ひじき炒り煮 みそ汁	野菜ピラフ 牛乳	米、しらたき、パン粉、油、片栗粉、砂糖 牛乳、鶏ひき肉、油揚げ、白みそ、卵、バター、かつお節	せんべい 牛乳
12	土	ごはん 鶏肉でりやき わかめサラダ みそ汁	ゼリー・おかし 牛乳	米、食パン、砂糖、油、片栗粉、ごま油 牛乳、鶏もも肉、白みそ、かつお節	せんべい 牛乳
13	日				
14	月	ごはん(米) 豚菜豆腐 ツナサラダ すまし汁(わかめ、かまぼこ)	ごまトースト 牛乳	米、食パン、砂糖、油、片栗粉、ごま油 牛乳、絹ごし豆腐、豚ひき肉、ツナ水煮缶、かまぼこ、バター、ごま、白みそ	せんべい 牛乳
15	火	ごはん(米) 鶏肉の焼みそやき ほうれん草のサラダ みそ汁(じゃが芋、たまねぎ)	牛乳 マドレーヌ	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖、マヨネーズ、ごま油 牛乳、鶏もも肉、卵、バター、白みそ、ハム、かつお節	せんべい 牛乳
16	水	スナガケイミートソース ポテトサラダ スープ(キャベツ、ベーコン) オレンジ	あげパン 牛乳	じゃがいも、スナガケイ、マヨネーズ、グラニュー糖、油 牛乳、豚ひき肉、ベーコン、ハム	牛乳 せんべい

日	曜	屋敷献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)	10時おやつ
17	木	ごはん 白身魚フライ 三色おひたし みそ汁	牛乳 じゃこトースト	熱と力になるもの 米、食パン、小麦粉、油、マヨネーズ、パン粉、砂糖、ごま油 血や肉や骨になるもの 牛乳、たら、生揚げ、じゃこ、白みそ、かつお節、ピザ用チーズ、卵、ごま	せんべい 牛乳
18	金	ごはん ハンバーグ 小松菜のごまあえ みそ汁	ヨーグルト・おかし	米、パン粉、焼ふ、油、砂糖 ヨーグルト(加糖)、豚ひき肉、卵、白みそ、かつお節、鶏ささ身、ごま	せんべい 牛乳
19	土	ごはん やきにく ナムル みそ汁	ゼリー・おかし	米、ごま油、油、砂糖、片栗粉 豚こま肉、白みそ、かつお節、ごま	せんべい 牛乳
20	日				
21	月	敬老の日			
22	火	国民の休日			
23	水	秋分の日			
24	木	ごはん 豚肉生姜焼き さつまいものごまサラダ みそ汁	フレンチトースト 牛乳	フランスパン、米、さつまいも、マヨネーズ、砂糖、油、片栗粉 牛乳、豚肉(ロース)、卵、白みそ、油揚げ、バター、ごま、かつお節	せんべい 牛乳
25	金	やきとり井 きゅうりとにんじんの酢味噌かけ 豚汁 梨	カップケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、マーブルシロップ 牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、卵、豚肉(ばら)、白みそ、バター、脱脂粉乳、かつお節、生クリーム	せんべい 牛乳
26	土	ごはん じゃがいもカレー煮 ほうれん草おおかあえ みそ汁	ゼリー・おかし	米、じゃがいも、砂糖 豚ひき肉、白みそ、かつお節	せんべい 牛乳
27	日				
28	月	ごはん 鶏肉からあげ ほうれん草のいそべあえ まいたけ汁	シュガートースト 牛乳	米、食パン、片栗粉、マーガリン、油、砂糖 牛乳、鶏もも肉、豚ひき肉	せんべい 牛乳
29	火	きつねうどん ごもくにまめ ぶどう	牛乳 ホットドック	干しうどん、ロールパン、マーガリン、砂糖、油 牛乳、だいたいず水煮缶詰、油揚げ、鶏もも肉、ウインナー、さつま揚げ、かつお節	せんべい 牛乳
30	水	ごはん カレー 切干大根のナムル オレンジ	牛乳 甘だれもち	じゃがいも、米、白玉粉、小麦粉、油、砂糖、ごま油 牛乳、豚肉(もも)、バター、かにかまぼこ、脱脂粉乳、ごま	せんべい 牛乳

☆午前のおやつは乳児のみです。
 ☆都合により変更することもあります。
 ☆お誕生日会は27日です。
 ☆麦茶がでていきます。

