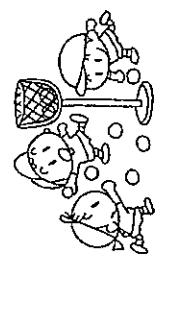


# NO.2 南日野保育園

# NO.1 献立表

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	材料(昼食と午後おやつ)		10時おやつ
					血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
17	土	ごはん 鶏肉でりやき ほうれん草おろし みそ汁	ゼリー・おかし 牛乳	米、はちみつ	牛乳、鶏もも肉、白みそ、かつお節	オレンジ、ほうれん草、たまねぎ、コーン缶、こんぶ(だし用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
18	日						
19	月	ごはん 豚たいこん マカロニサラダ みそ汁	やきそば 牛乳	米、焼きそばめん、マカロニ、板こんにやく、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、豚肉(ロース)、鶏し、豆豚、豚こま肉、白みそ、ハム、かつお節	オレンジ、だいこん、もやし、キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、なめこ、こんぶ(だし用)、しょうが	せんべい 牛乳
20	火	ごはん かじきのごまみそやき 切干大根炒り煮 すまし汁	大学いも 牛乳	さつまいも、米、砂糖、油	牛乳、かじき、かまぼこ、油揚げ、ごま、白みそ、黒ごま	かき、にんじん、切り干しだいこん、こんぶ(だし用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
21	水	ごはん とりさきみフライ きゅうりどちくわのサラダ みそ汁	ワタナスープ 牛乳	米、ワタナの皮、油、パン粉、小麦粉、マヨネーズ	牛乳、鶏ささ身、豚ひき肉、ちくわ、白みそ、油揚げ、卵、かつお節、ごま	りんご、きゅうり、だいこん、はくさい、クレソン、みずからし、ねぎ、しいたけ、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
22	木	ごはん カレー コールスロー りんご	黒ごまケーキ 牛乳	じゃがいも、米、ホットケーキ粉、小麦粉、油、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、絹ごし豆腐、バター、豆乳、ゆであずき缶、脱脂粉乳、きな粉、黒ごま	りんご、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり	せんべい 牛乳
23	金	中華丼 大豆サラダ みそ汁 りんご	ヨーグルト・おかし	米、マヨネーズ、片栗粉	ヨーグルト(加糖)、豚肉(ばら)、だいず水煮、ゆであずき、うずら卵水煮缶、ハム、白みそ、かつお節	はくさい、りんご、きゅうり、ねぎ、にんじん、しいたけ、このこ(ゆで)、しいたけ、こんぶ(だし用)、カットわかめ、にんにく、しょうが	せんべい 牛乳
24	土	ごはん じゃがいもカレー煮 わかめのサラダ みそ汁	ゼリー・おかし 牛乳	米、じゃがいも、油、砂糖	牛乳、絹ごし豆腐、豚ひき肉、白みそ、バター、かつお節	オレンジ、きゅうり、たまねぎ、コーン缶、にんじん、ねぎ、こんにゃく(だし用)、レモン果汁	せんべい 牛乳
25	日						
26	月	ごはん 麻婆豆腐 小松菜の納豆あえ みそ汁	メロンパン風トースト 牛乳	米、食パン、砂糖、小麦粉、ごま油、片栗粉	牛乳、絹ごし豆腐、豚ひき肉、挽きわり納豆、白みそ、油揚げ、しらす干し、卵、バター、かつお節	オレンジ、ごまつな、なす、にんじん、ねぎ、こんぶ(だし用)、干しいたけ、レモン果汁	せんべい 牛乳
27	火	ごはん 白身魚のてりやき ほうれん草の酢みそあえ みそ汁	牛乳 石垣まんじゅう	米、さつまいも、じゃがいも、小麦粉、砂糖	牛乳、かじき、白みそ、ハム、バター、かつお節、ごま	かき、ほうれん草、きゅうり、たまねぎ、にんじん、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
28	水	ごはん 鶏肉からあげ シルバーサラダ みそ汁	牛乳 ホットドック	米、ロールパン、はるさめ、マヨネーズ、片栗粉、油、マーガリン	牛乳、鶏もも肉、ウインナー、白みそ、油揚げ、かつお節	オレンジ、キャベツ、きゅうり、にんじん、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
29	木	ごはん 豚肉のサウナーソースやき ひじきのごまあえ みそ汁	マドレーヌ 牛乳	米、小麦粉、砂糖、マヨネーズ	牛乳、豚肉(ロース)、卵、バター、油揚げ、白みそ、ヨーグルト(無糖)、ごま、かつお節	りんご、だいこん、もやし、きゅうり、ひじき、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
30	金	ごはん 鶏肉のさつぱり焼き マセドアンサラダ みそ汁	やきいも 牛乳	さつまいも、米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも肉、白みそ、油揚げ、かつお節	オレンジ、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、こんぶ(だし用)、しょうが	せんべい 牛乳
31	土	ごはん やきにく ナムル みそ汁	ゼリー・おかし 牛乳	米、ごま油、油、砂糖、片栗粉	牛乳、豚肉(もも)、白みそ、かつお節、ごま、ちくわ	オレンジ、たまねぎ、ほうれん草、もやし、赤ピーマン、ピーマン、こんぶ(だし用)、カットわかめ、にんにく、しょうが	せんべい 牛乳

☆午前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16日です。  
 ☆麦茶がでていきます。



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	材料(昼食と午後おやつ)		10時おやつ
					血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	木	ごはん 鯉の塩焼き 秋なすの煮びたし みそ汁	ごまトースト 牛乳	米、食パン、砂糖、油、塩麹	牛乳、さけ、絹ごし豆腐、白みそ、バター、ごま、かつお節	オレンジ、なす、オレンジ、なめこ、オクラ、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
2	金	ごはん じゃがいもカントリース 三色おひたし みそ汁	マカロニきなこ 牛乳	じゃがいも、米、マカロニ、砂糖、ごま油、焼酎	牛乳、豚こま肉、白みそ、きな粉、脱脂粉乳、バター、ごま、かつお節	なし、ほうれん草、にんじん、もやし、たまねぎ、こんぶ(だし用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
3	土	ごはん 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、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、豚こま肉、白みそ、ハム、かつお節	オレンジ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、こんぶ(だし用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
4	日						
5	月	ごはん みそやきにく スパゲティサラダ みそ汁	ペイジポテト 牛乳	じゃがいも、米、スパゲティ、ごま油、砂糖	牛乳、豚肉(ロース)、白みそ、バター、かつお節、ツナ缶	オレンジ、にんじん、ねぎ、ほうれん草、きゅうり、こんぶ(だし用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
6	火	ごはん ホテトグラタン トマトマリネ みそ汁	鶏おこわ 牛乳	米、じゃがいも、もち米、油、小麦粉	牛乳、豚ひき肉、鶏もも肉、ツナ油漬缶、ペーコン、ピザ用チーズ、バター、脱脂粉乳、ごま	なし、トマト、キャベツ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、しめじ、にんじん、ごぼう、しいたけ	せんべい 牛乳
7	水	ごはん ハンバーグ ツナサラダ すまし汁	牛乳 ラスク	米、食パン、砂糖、油、パン粉	牛乳、豚ひき肉、卵、ツナ水煮缶、生クリーム、凍り豆腐、かつお節	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、ねぎ、コーン缶、こんぶ(だし用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
8	木	ごはん カレーうどん もやしのサラダ オレンジ	牛乳 マロヤ	平しうどん、小麦粉、マヨネーズ、砂糖	牛乳、豚肉(ロース)、かつお節、すりごま	オレンジ、もやし、にんじん、バナナ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、コーン缶、ねぎ、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
9	金	ごはん 鶏肉のけんちん きゅうりの中華あえ みそ汁	たきごみごはん 牛乳	米、砂糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、油揚げ、ハム、白みそ、かつお節、ごま	ぶどう、ほうれん草、だいこん、きゅうり、もやし、しめじ、えのきたけ、にんじん、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
10	土	運動会					
11	日						
12	月	体育の日					
13	火	ごはん 鯉のムニエル ほうれん草とコーンのソテー みそ汁	スパゲティポリタン 牛乳	米、スパゲティ、スライス、油、小麦粉	牛乳、さけ、ウインナー、白みそ、かつお節、バター	かき、ほうれん草、コーン缶、たまねぎ、にんじん、こんぶ(だし用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
14	水	ごはん 豚肉生焼き ホテトサラダ みそ汁	ほうとうどん 牛乳	じゃがいも、米、平しうどん、さつまいも、マヨネーズ、油、片栗粉	牛乳、豚肉(ロース)、白みそ、油揚げ、ハム、かつお節	オレンジ、はくさい、たまねぎ、にんじん、キャベツ、かぼちゃ、ピーマン、しいたけ、きゅうり、ねぎ、しょうが、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
15	木	ごはん タンダーチキン 和風スパゲティ みそ汁	揚げパン 牛乳	米、コッペパン、スライス、油、ニューニューニョー油	牛乳、鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、白みそ、油揚げ、かつお節	かき、キャベツ、だいこん、きゅうり、にんじん、こんぶ(だし用)、にんにく	せんべい 牛乳
16	金	くりごはん かりのけんちん きゅうりのごま酢あえ のっぺい汁	ココアケーキ 牛乳	米、小麦粉、さといも、砂糖、板こんにやく、片栗粉	牛乳、たちうお、おから、卵、鶏もも肉、ほうれん草、水菜、えび、たこ(茹)、鶏ささ身、バター、絹ごし豆腐、脱脂粉乳、生クリーム	きゅうり、かき、にんじん、だいこん、パン缶、ほうれん草、ねぎ、カットわかめ	せんべい 牛乳