



曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	15 29	牛乳 せんべい	じゃが芋のうま煮 ハムサラダ 大根葉のみそ汁	鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱・さやいんげん・糸こんにゃく・ひじき・油・砂糖・醤油 レタス・胡瓜・トマト・ハム・マヨネーズ / みりん 大根葉・えのき茸・しめじ茸・油揚げ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 マカロニのあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
火	16 30	牛乳 コーンフレーク	魚のカレームニエル もやしじゃこ炒め かきたま汁	魚切り身・塩こしょう・白ワイン・カレー粉・バター・油 もやし・ピーマン・人参・ちりめん・ごま油・(塩・砂糖・醤油) 卵・(乾)わかめ・玉葱・人参・葱・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 チーズ クラッカー
水	3 17	牛乳 ビスケット	ハヤシライス きゅうりとりんごのサラダ 果物(オレンジ)	牛肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・グリーンピース・にんにく・生姜・油・ホールトマト 油・ハヤシライスの素 きゅうり・りんご・人参・ハム・油・酢・砂糖・塩・P / 果物(オレンジ)	ごはん	牛乳・あじさいゼリー (ブドウゼリーの素・青りんごゼリーの素 ヨーグルト・みかん缶)
木	4 18	牛乳 ビスコ	タンドリーチキン スパゲッティサラダ 豆乳スープ	鶏モモ肉・ニンニク・生姜・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉・塩P・油 ツナ・胡瓜・人参・サラダスパゲティ・マヨネーズ・レタス 豆乳・玉葱・人参・じゃが芋・ベーコン・ホールコーン・パセリ・コンソメ・塩こしょう	ごはん	牛乳 メロン せんべい
金	5 19	牛乳 ヨーグルト	ポークビーンズ ウインナー ごま風味のサラダ	ゆで大豆・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・パセリ・油・トマト水煮・ケチャップ ウインナー / 塩こしょう・鶏がら・醤油・砂糖 胡瓜・カニカマ・レタス・ホールコーン・ごま・みそ・マヨネーズ・砂糖	ごはん	牛乳 チーズポンデケーション (白玉粉・小麦粉・BP・砂糖・粉チーズ・牛乳)
土	6 20	牛乳 クラッカー	大和煮 甘酢きゃべつ みかん缶	豚肉・かまぼこ・えのき茸・干し椎茸・人参・玉葱・糸こんにゃく・卵 / 葱・砂糖・醤油・みりん・酒・だし汁 キャベツ・胡瓜・ごま・砂糖・酢・塩・醤油 / (みかん缶)	ごはん	牛乳 スティックパン
月	8 22	牛乳 バナナ	豚肉ときゃべつの炒め物 レバーの甘辛煮 わかめのみそ汁	豚肉・もやし・キャベツ・玉葱・カラーピーマン・ごま油・砂糖・醤油・塩・こしょう 鶏レバー・生姜・砂糖・醤油・ニラ・カレー粉 (乾)わかめ・油揚げ・人参・大根・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 マドレーヌ またはカステラ
火	9 23	牛乳 ヨーグルト	かぼちゃと魚のコーン揚げ トマトのさっぱり和え 豆腐のすまし汁	白身魚・南瓜・クリームコーン・卵・小麦粉・塩・油・(ケチャップ・ソース) トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・塩こしょう 豆腐・かまぼこ・干し椎茸・かいわれ・醤油・塩・みりん・煮干し	ごはん	お茶・冷やしそうめん そうめん・干し椎茸・人参・砂糖・葱・ 醤油・みりん・だし昆布・かつお節
水	10 24	牛乳 果物(もも缶)	魚の西京焼き 添)レタス 三色和え きのこのすまし汁	白身魚・みそ・みりん・酒・砂糖・油 / レタス・マヨネーズ ほうれん草・人参・卵・油・ごま・砂糖・酢・醤油・塩 えのき茸・生椎茸・人参・玉ねぎ・三つ葉・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳・焼きそば (中華めん・豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・ 油・おたふくソース・かつお節・青のり)
木	11 25	牛乳 チーズ	魚のマヨネーズ焼き きゅうりのれもん風味和え 中華スープ	甘塩鮭・マヨネーズ塩・こしょう 胡瓜・レタス・みかん缶・砂糖・レモン汁・油・塩 / ちんげん菜・干し椎茸・玉葱・人参・醤油・塩・鶏がら・ごま油	ごはん	飲むヨーグルト バナナ
金	26	牛乳 卵ボーロ	チキンカツ・人参の甘煮 甘酢サラダ たまねぎのみそ汁	鶏肉・塩こしょう・小麦粉・卵・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 カラーピーマン・キャベツ・胡瓜・酢・砂糖 / 人参・砂糖・醤油 玉ねぎ・しめじ・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ゆでともろこし (とうもろこし・塩)
土	13 27	牛乳 クラッカー	きのこスパゲティ バナナ	スパゲティ・豚ミンチ・玉葱・生椎茸・しめじ茸・人参・ピーマン / バター・塩こしょう・酒・醤油 バナナ		牛乳 クロワッサン
誕生会	12	飲む ヨーグルト	海老ピラフ・焼き南瓜 鶏肉のごま揚げ・ブロッコリー 野菜スープ・果物	米・玉葱・むきえび・ピーマン・コンソメ・バター・人参 / 南瓜・油 鶏肉・生姜・酒・醤油・卵・片栗粉・ごま・油 / ブロッコリー 人参・玉葱・えのき茸・葱・醤油・鶏がら / メロン	 	牛乳 プリン