

日	離乳食12~18	離乳食9~11
1日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 ポークカレー 豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、ウスターソース、牛乳 ごぼうとコーンのサラダ ごぼう、にんじん、水、ほんだし、しょうゆ、みりん、ハム、コーン缶、マヨネーズ バナナ	軟飯 野菜のシチュー 豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 にんじんスープ にんじん、水、食塩
	午後 麦茶 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ	
2日 木	午前 牛乳 せんべい 食パン	
	昼食 スパゲティナーポリタン ウインナー、にんじん、たまねぎ、ピーマン、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、スパゲティ コールスローサラダ キャベツ、にんじん、酢、油、食塩 野菜スープ じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、コンソメ、食塩 オレンジ	スパゲティナーポリタン にんじん、たまねぎ、ピーマン、ケチャップ、食塩、スパゲティ 茹で野菜サラダ キャベツ、にんじん 野菜スープ じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、食塩
	午後 麦茶 せんべい	
3日 金	憲法記念日	
6日 月	振替休日	
7日 火	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 中華おこわ(焼き豚) 米、もち米、焼き豚、たけのこ(ゆで)、にんじん、干しいたけ、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、砂糖、食塩、水 春雨の酢の物 はるさめ、にんじん、きゅうり、しょうゆ、酢、砂糖 ワンタンスープ ワンタンの皮、豚ひき肉、にんじん、もやし、にら、油、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩 バナナ	中華おじや 米、豚ひき肉、にんじん、干しいたけ、しょうゆ、砂糖、食塩 春雨の和え物 はるさめ、にんじん、きゅうり、しょうゆ 野菜スープ にんじん、もやし、水、食塩
	午後 牛乳 カステラ	
8日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 さけのフライ さけ、食塩、小麦粉、卵、パン粉、油 切干大根の旨煮 切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖 みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 さけの塩焼き さけ、食塩 切干大根の旨煮 切り干しだいこん、にんじん、水、しょうゆ、砂糖 みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖	
9日 木	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 ジャンバラヤ 米、たまねぎ、にんじん、ウインナー、酒、ケチャップ、カレー粉、中濃ソース、コンソメ、にんにく、バター、食塩、こしょう ほうれん草のソテー ほうれん草、コーン缶、油、食塩、コンソメ にら卵スープ にら、にんじん、水、中華だしの素、食塩、こしょう、卵 バナナ	野菜と卵のおじや 米、卵、にんじん、たまねぎ、ほうれん草、しょうゆ にんじんスープ にんじん、水、食塩
	午後 牛乳 じゃこトースト 食パン、しらす干し、マヨネーズ	
10日 金	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 豚肉のしょうが焼き(玉ねぎ) 豚肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、油 アスパラとツナのサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、にんじん、ツナ油漬缶、酢、砂糖、しょうゆ、油 豆腐みそ汁(チンゲン菜) 木綿豆腐、チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉 キャベツとツナのサラダ キャベツ、にんじん、ツナ油漬缶、しょうゆ みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 麦茶 ヨーグルト せんべい	
13日 月	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉、食塩、こしょう、小麦粉、油、ピーマン、しいたけ、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、砂糖 茹で野菜サラダ キャベツ、コーン缶、にんじん、油、酢、しょうゆ、砂糖 みそ汁(こまつな・たまねぎ) こまつな、たまねぎ、水、淡色みそ、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉、食塩、ピーマン、しいたけ、たまねぎ、ケチャップ、砂糖 茹で野菜サラダ キャベツ、にんじん みそ汁(こまつな・たまねぎ) こまつな、たまねぎ、水、淡色みそ
	午後 牛乳 ふかし辛じゃが じゃがいも、食塩、あおのり	
14日 火	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 食パン 味噌ラーメン 生中華めん、コーン缶、もやし、カットわかめ、ほうれん草、にんじん、なると、ねぎ、赤みそ、本みりん、中華あじ、水 キャベツのツナマヨあえ キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、マヨネーズ、しょうゆ バナナ	軟飯 野菜のツナ煮 もやし、ほうれん草、にんじん、ねぎ、ツナ水煮缶、しょうゆ キャベツスープ キャベツ、水、しょうゆ
	午後 牛乳 肉みそおにぎり 米、油、鶏ひき肉、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、焼きのり	
15日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、砂糖、淡色みそ、しょうゆ、ごま油、片栗粉 パンサンスー はるさめ、トマト、きゅうり、ハム、酢、砂糖、しょうゆ、ごま、ごま油 わかめスープ ねぎ、カットわかめ、にんじん、水、中華だしの素、食塩 オレンジ	軟飯 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、砂糖、淡色みそ、しょうゆ、片栗粉 トマトの和え物 トマト、きゅうり わかめスープ ねぎ、カットわかめ、にんじん、水、食塩
	午後 牛乳 フライドポテト フレンチフライポテト、油、食塩、ケチャップ	
16日 木	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 かじきのカレー風味炒め かじき、食塩、酒、小麦粉、カレー粉、油、たまねぎ、ピーマン、油、水、コンソメ、カレー粉 キャベツの磯和え キャベツ、ほうれん草、にんじん、しょうゆ、焼きのり 豆腐みそ汁(なめこ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし キウイフルーツゴールド	軟飯 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、砂糖 キャベツの磯和え キャベツ、ほうれん草、にんじん、しょうゆ、焼きのり 豆腐みそ汁(なめこ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 ゼリーフライ ゼリーフライ、油、ウスターソース	
17日 金	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 わかめ御飯 米、炊き込みわかめ クロック ミートクロック 大根サラダ だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢、しょうゆ、砂糖 コーンスープ(たまねぎ) クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、バター、牛乳、コンソメ、食塩 バナナ	軟飯 米 大根のツナ煮 だいこん、にんじん、ツナ水煮缶、しょうゆ、砂糖 きゅうり コーンスープ クリームコーン缶、たまねぎ、牛乳、食塩
	午後 牛乳 コーンフレック	

日	離乳食12~18	離乳食9~11
20日 月	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 肉じゃが・カレー味 豚肉、カレー粉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、カレー粉、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩、ほんだし ほうれん草のナムル ほうれん草、もやし、ごま油、しょうゆ、ごま 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、中華だし、食塩 オレンジ	軟飯 肉じゃが 豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、食塩 ほうれん草の和え物 ほうれん草、もやし、しょうゆ 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、食塩
	午後 牛乳 ホットケーキ 油、ホットケーキ粉、卵、牛乳、メープルシロップ	
21日 火	午前 ヨーグルト せんべい 食パン	
	昼食 肉うどん ゆでうどん、豚肉、ほうれん草、にんじん、しいたけ、ねぎ、水、しょうゆ、本みりん、食塩、ほんだし いんげんとささみのごまあえ 鶏ささ身、酒、いんげん、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま バナナ	うどんのやわらか煮 ゆでうどん、鶏ささみ、ほうれん草、にんじん、しいたけ、ねぎ、水、しょうゆ いんげんの和え物 いんげん、にんじん、しょうゆ
	午後 牛乳 おいなりさん 米、酢、砂糖、食塩、油揚げ、水、しょうゆ、ほんだし、砂糖、みりん	
22日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 さけの塩焼き さけ、食塩 ひじきとじゃが芋の炒り煮 ひじき、じゃがいも、にんじん、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、さやえんどう みそ汁(かぶ) かぶ、カットわかめ、水、淡色みそ、ほんだし オレンジ	軟飯 さけの塩焼き さけ、食塩 ひじきとじゃが芋煮 ひじき、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、砂糖、さやえんどう みそ汁(かぶ) かぶ、カットわかめ、水、淡色みそ
	午後 牛乳 焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、ウスターソース	
23日 木	午前 牛乳 せんべい タコライス 米、豚ひき肉、たまねぎ、油、カレー粉、ケチャップ、食塩、コンソメ、チーズ、キャベツ、トマト 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、えのきたけ、水、コンソメ、食塩 バナナ	野菜リゾット 米、豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、トマト、ケチャップ、食塩 ブロッコリーの和え物 ブロッコリー、にんじん、砂糖、しょうゆ ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、水、食塩
	午後 牛乳 ドーナツ ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、油	
	午前 牛乳 ビスケット	
24日 金	午後 御飯 鶏の唐揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 もやしのナムル もやし、にんじん、コーン缶、カットわかめ、ごま油、しょうゆ、ごま みそ汁(えのき、こまつな) こまつな、えのきたけ、水、淡色みそ、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ もやしの和え物 もやし、にんじん、カットわかめ、しょうゆ みそ汁(こまつな) こまつな、水、淡色みそ
	午後 牛乳 スティックパン	
	午前 牛乳 せんべい 三色どんぶり 米、鶏ひき肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、酒、卵、砂糖、食塩、油、ほうれん草、しょうゆ、焼きのり、でんぶ きゅうりの漬付け きゅうり、キャベツ、食塩 みそ汁(もやし・あげ) もやし、油揚げ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし キウイフルーツゴールド	三色どんぶり(軟飯) 米、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、卵、砂糖、食塩、ほうれん草、しょうゆ、焼きのり きゅうりの和え物 きゅうり、キャベツ、食塩 みそ汁(もやし・ねぎ) もやし、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
27日 月	午後 牛乳 クリームパン	
	午前 ヨーグルト せんべい 食パン	
	昼食 ツナとトマトのスパゲティー スパゲティー、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶、ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩、パセリ粉 肉団子 肉団子 コンソメスープ キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩 バナナ	ツナとトマトのスパゲティー スパゲティー、ツナ油漬缶、たまねぎ、こまつな、ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩 コンソメスープ キャベツ、にんじん、水、食塩
28日 火	午後 ジョア あられせんべい	
	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 さばの竜田揚げ さば、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油 きんぴらごぼう ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖 みそ汁(キャベツ・たまねぎ) キャベツ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 さばの塩焼き さば、食塩 にんじんの煮物 にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(キャベツ・たまねぎ) キャベツ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
29日 水	午後 麦茶 牛乳ゼリー 牛乳、砂糖、ゼラチン、水、黒砂糖、水、きな粉 せんべい	
	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 なすと豚肉のみそ炒め 油、なす、油、豚肉、にんじん、たまねぎ、片栗粉、淡色みそ、砂糖、しょうゆ 小松菜のナムル こまつな、キャベツ、しょうゆ、ごま油、ごま 麩のすまし汁 焼ふ、えのきたけ、ねぎ、水、ほんだし、しょうゆ、食塩 バナナ	軟飯 豚肉と野菜のみそ煮 豚肉、なす、にんじん、たまねぎ、片栗粉、淡色みそ、砂糖、しょうゆ 小松菜の和え物 こまつな、キャベツ、しょうゆ 麩のすまし汁 焼ふ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩
30日 木	午後 牛乳 シュガートースト 食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖	
	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 炒り豆腐(鶏肉・卵) 木綿豆腐、鶏ひき肉、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、卵、いんげん 酢の物 カットわかめ、きゅうり、もやし、かにかまぼこ、酢、砂糖、しょうゆ みそ汁(だいこん・ごぼう) だいこん、にんじん、ごぼう、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 卵とじ 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、卵 きゅうり みそ汁(だいこん・にんじん) だいこん、にんじん、水、米みそ(淡色辛みそ)
31日 金	午後 牛乳 ポップコーン	

\*献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。

☆今月のひとこと☆

日差しがあたたかいですね。太陽の光を浴びた、お野菜がぐんぐん大きくなっています。みなさんも、おいしい給食を食べてすくすく成長しますように！

