

日	曜日	10時おやつ (キッズ)	献立名	15時おやつ (ファミリー)	食品名	からだの調子を整える
1	火	牛乳 チーズ	マーボー丼 ちくわの磯辺揚げ 春雨スープ	フルーツ ココアパバロア	豚挽肉、豆腐 ちくわ、青のり	米 春雨 玉ねぎ、もやし、人参、グリーンピース フルーツ チンゲン菜、きくらげ、ねぎ
2	水	牛乳 クラッカー	パン 夏野菜のスープ ハムサラダ	フルーツ 牛乳 いも天	鶏小間 ハム	パン フルーツ 玉ねぎ、人参、なす、コーン、いんげん キャベツ、きゅうり
3	木	牛乳 せんべい	冷やしうどん しゅうまい みそマヨサラダ	フルーツ ごまクッキー	油揚げ、卵、わかめ しゅうまい ちくわ	うどん トマト 大根、人参、枝豆
4	金	牛乳 かりんとう	ご飯 鶏肉のピザ焼き ジャーマンポテト	吸い物 ケーキ きな粉マカロニ	米 鶏肉 ウインナー	米 じゃがいも 玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム 玉ねぎ、人参
5	土	牛乳 ビスケット	高菜ピラフ 白菜とツナの煮浸し 豆乳スープ	フルーツ 原宿ドック	卵 シーチキン ベーコン、豆乳	米、ごま さつまいも 高菜漬け 白菜、しめじ 玉ねぎ、人参
6	日					
7	月	牛乳 ビスコ	鮭ちらし寿司 キャベツのさつと煮 そうめん汁	セタゼリー ふかしいも	鮭フレーク、卵、桜でんぶ 角天	米 そうめん 絹さや キャベツ、人参 人参、おくら
8	火	牛乳 せんべい	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き ごま酢和え	みそ汁 フルーツ プリン	スキムミルク 油揚げ 鶏肉 わかめ	米 ごま トマト キャベツ、きゅうり
9	水	牛乳 チーズ	パン 白菜と肉団子のスープ ツナサラダ	フルーツ 牛乳 わかめおにぎり	肉団子 牛乳 シーチキン	パン 白菜、人参、えのき、ねぎ キャベツ、きゅうり、人参
10	木	牛乳 ビスケット	ハヤシライス ドレッシングサラダ フルーツ	フルーツ 豆乳もち	牛肉 ハム	米 玉ねぎ、人参、グリーンピース キャベツ、きゅうり、コーン フルーツ
11	金	牛乳 クラッカー	ご飯 魚のちゃんちゃん焼き パンサンスー	吸い物 フルーツ レモンケーキ	魚 卵、ハム	米 春雨、ごま ほうれん草、えのき キャベツ、人参、ピーマン きゅうり
12	土	牛乳 せんべい	冷やし中華 揚げギョーザ お浸し	フルーツ ドーナツ	卵、ハム ギョーザ	中華麺 きゅうり ほうれん草、もやし、しめじ
13	日					
14	月	牛乳 ビスケット	わかめご飯 魚の塩焼き 酢みそ和え	かきたま汁 フルーツ ジャムサンド	わかめ 卵 魚 かまぼこ	米 玉ねぎ、ねぎ トマト キャベツ、きゅうり
15	火	牛乳 かりんとう	ご飯 豚肉ときのこの炒め物 ちくわの磯辺揚げ	中華スープ フルーツ アイスクリーム	もずく 豚肉 ちくわ、青のり	米 しめじ、えのき、しいたけ、キャベツ、もやし フルーツ
16	水	牛乳 ビスコ	パン ミネストローネスープ カニカマサラダ	フルーツ 牛乳 キャンディチーズ	牛乳 ベーコン カニカマ	パン マカロニ、じゃがいも 玉ねぎ、人参、トマト キャベツ、きゅうり、
17	木	牛乳 せんべい	ブルコギ丼 白菜の香りしめじ 吸い物	フルーツ 麩ラスク	豚肉 ハム わかめ、高野豆腐	米 ごま 玉ねぎ、人参、もやし、にら、にんにく、しょうが 白菜、きゅうり、しそ ねぎ
18	金	牛乳 クラッカー	ぶっかけそうめん さつま揚げ フルーツ	中華スープ フルーツ ストロベリースコーン	ささみ、卵 魚	そうめん きゅうり、トマト 玉ねぎ、ごぼう、人参 フルーツ
19	土	牛乳 ビスケット	タコライス コールスローサラダ ポタージュスープ	オレンジゼリー フルーツ クリームワッフル	合挽肉、チーズ ハム 牛乳	米 玉ねぎ、キャベツ、トマト、にんにく キャベツ、きゅうり、コーン
20	日					
21	月					
22	火	牛乳 ビスコ	ご飯 鶏肉の磯辺マヨ焼き 三色和え	吸い物 フルーツ ココア蒸しパン	わかめ 鶏肉、青のり	米 にんにく、しょうが、トマト ほうれん草、しめじ、もやし
23	水	牛乳 チーズ	パン 豆乳スープ 海藻サラダ	フルーツ 牛乳 ツナカレーおにぎり	牛乳 鶏肉、豆乳 カニカマ、海草ミックス	パン マカロニ、じゃがいも 玉ねぎ、人参、グリーンピース キャベツ、きゅうり、コーン
24	木	牛乳 せんべい	ジャージャー麺 磯香和え ワンタンスープ	フルーツ フライドポテト	豚挽肉 のり ワンタン	中華麺 玉ねぎ、人参、竹の子、にんにく、しょうが 小松菜、コーン 白菜、ねぎ
25	金	牛乳 かりんとう	ご飯 魚のケチャップ炒め ポテトサラダ	みそ汁 フルーツ ヨーグルトムース	スキムミルク 油揚げ 魚 ハム	米 じゃがいも 玉ねぎ、にんにく、しょうが、キャベツ 人参、きゅうり
26	土	牛乳 クラッカー	しょうゆラーメン さつまいも甘煮 のり酢和え	フルーツ フルーツ バウムクーヘン	豚肉、卵 カニカマ、のり	中華麺 さつまいも もやし、コーン、ねぎ ほうれん草、人参
27	日					
28	月	牛乳 ビスケット	ご飯 魚のピカタ 切干大根の煮物	みそ汁 フルーツ ピザトースト	スキムミルク 魚、卵 角天	米 小松菜、玉ねぎ、ねぎ ブロッコリー 切干大根、人参、いんげん
29	火	牛乳 ビスコ	カレーライス ドレッシングサラダ フルーツ	フルーツ フルーツゼリー	合挽肉 ハム	米、じゃがいも 玉ねぎ、人参、グリーンピース、にんにく、しょうが キャベツ、きゅうり、コーン
30	水	牛乳 せんべい	パン 野菜たっぷりスープ チキンサラダ	フルーツ 牛乳 チーズおかかおにぎり	牛乳 鶏肉 ささみ	パン キャベツ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー キャベツ、きゅうり、コーン
31	木	牛乳 クラッカー	ご飯 寄せ豆腐のあんかけ マカロニサラダ	吸い物 フルーツ パニラパバロア	大豆、煮干し 彩り野菜の豆腐寄せ ツナフレーク	米 巻き麩 えのき、しめじ、いんげん フルーツ ミックスベジタブル、きゅうり

※仕入れ等の関係で、献立を変更する場合があります。