



	献立名	材料名	おやつ
1 (土)	中華風ごはん 中華スープ バナナ	米・豚肉・人参・椎茸・白葱・砂糖・醤油・ごま油・こしょう・塩 中華だしの素 玉葱・チンゲン菜・えのき・もやし・中華だしの素 バナナ	ポン菓子 おにぎり
3 (月)	 文化の日		
4 (火)	ごはん 鶏肉のんにく醤油焼き 小松菜の煮浸し 豚汁 オレンジ	米 鶏肉・にんにく・醤油・酒・砂糖 小松菜・人参・油揚げ・醤油・みりん・酒 豚肉・大根・さつま芋・白菜・葱・味噌 オレンジ	プチクラッカー マカロニきな粉 (マカロニ・砂糖・塩・きな粉)
5 (水)	ごはん カレイの昆布あんかけ おかか和え 味噌汁 バナナ	米 カレイ・片栗粉・油・塩こんぶ・葱・酒・みりん・薄口 白菜・切干大根・もやし・かつお節・醤油 玉葱・カットわかめ・人参・味噌 バナナ	ポン菓子 ココア蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳 ココア・油)
6 (木)	ごはん 肉じゃが 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・油・人参・玉葱・糸こんにゃく・じゃが芋・みりん・酒・醤油・薄口・砂糖 ブロッコリー・人参・醤油・マヨネーズ 大根・しめじ・豆腐・葱・味噌 バナナ	ごまポッキー ビスケットサンド (ビスケット・いちごジャム)
7 (金)	 お弁当の日		
8 (土)	チキンライス スープ バナナ	米・鶏肉・ミックスベジタブル・玉葱・鶏がらスープの素・ケチャップ・油 キャベツ・人参・えのき・鶏がらスープの素 バナナ	ポン菓子 おにぎり
10 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・砂糖・醤油・酒・みりん・生姜 ひじき・人参・油揚げ・醤油・砂糖・酒・みりん 豆腐・玉葱・しめじ・葱・味噌 オレンジ	プチクラッカー くりさんクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター 砂糖・生クリーム・ココア・白ごま)
11 (火)	ごはん 豆腐チャンプルー サラダ スープ バナナ	米 豚肉・豆腐・人参・玉葱・もやし・ニラ・ごま油・酒・醤油・鶏がらスープの素 ブロッコリー・人参・酢・薄口・砂糖・ごま油・ごま しめじ・コーン・白菜・鶏がらスープの素 バナナ	スティックビスケット りんごの蒸しパン (ホットケーキミックス・油 牛乳・りんごジャム・砂糖)
12 (水)	ハヤシライス サラダ オレンジ	米・牛肉・油・人参・玉葱・しめじ・ハヤシルウ ブロッコリー・コーン・ツナ・マヨネーズ オレンジ	ポン菓子 ボーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油)
13 (木)	ごはん カレイの煮付け 納豆和え 味噌汁 バナナ	米 カレイ・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 ほうれん草・もやし・キャベツ・納豆・醤油 豆腐・玉葱・人参・味噌 バナナ	ごまポッキー さつま芋の甘辛揚げ (さつま芋・醤油・みりん・片栗粉・油)
14 (金)	豆乳かぼちゃ丸パン さつま芋グラタン サラダ スープ オレンジ	豆乳かぼちゃ丸パン 鶏肉・さつま芋・玉葱・しめじ・コンソメ・牛乳・小麦粉・バター ピザ用チーズ・塩・こしょう・油 ブロッコリー・人参・酢・薄口・砂糖・ごま油 キャベツ・人参・コーン・コンソメ オレンジ	プチクラッカー ひじきおにぎり (米・ひじき・人参・鶏挽肉・醤油・砂糖 みりん・油)
15 (土)	炊き込みご飯 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・人参・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 さつま芋・玉葱・白菜・葱・味噌 バナナ	ポン菓子 おにぎり

	献立名	材料名	おやつ
17 (月)	ごはん すき焼き風煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・玉葱・人参・白菜・糸こんにゃく・厚揚げ・白葱・醤油・砂糖 酒・油  小松菜・人参・切干大根・醤油 かぼちゃ・しめじ・大根・味噌 オレンジ	ごまポッキー ツナマヨパン (ホットケーキミックス・牛乳・ツナ マヨネーズ)
18 (火)	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・葱・酒・塩 きゅうり・大根・ツナ・醤油 人参・油揚げ・玉葱・味噌 バナナ	ポン菓子 スイートポテト (さつま芋・砂糖・バター 生クリーム) 
19 (水)	ごはん 鯖の竜田揚げ おかか和え 味噌汁 オレンジ	米 鯖・みりん・醤油・酒・生姜・片栗粉・油 キャベツ・人参・もやし・かつお節・醤油 えのき・豆腐・白菜・味噌 オレンジ	プチクラッカー もちもち抹茶パン (白玉粉・牛乳・油・砂糖・抹茶)
20 (木)	肉うどん 酢の物 バナナ	ゆでうどん・豚肉・玉葱・人参・しめじ・葱・油揚げ・油・みりん・塩 醤油・薄口・酒 白菜・きゅうり・コーン・ツナ・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油 バナナ	スティックビスケット たぬきおにぎり (米・天かす・葱・めんつゆ) 
21 (金)	ごはん 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・さつま芋・片栗粉・油・醤油・砂糖・みりん きゅうり・人参・かつお節・醤油 白菜・えのき・玉葱・味噌 オレンジ	ごまポッキー きな粉ラスク (食パン・マーガリン・砂糖・きな粉)
22 (土)	そばろごはん 味噌汁 バナナ	米・豚挽肉・葱・醤油・砂糖・酒・油 豆腐・人参・玉葱・大根・味噌 バナナ	ポン菓子 おにぎり
24 (月)	 振替休日 		
25 (火)	ごはん レバーの甘辛煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖 ほうれん草・人参・かつお節・醤油 人参・玉葱・さつま芋・味噌 オレンジ	プチクラッカー みたらし団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・醤油・砂糖 みりん・片栗粉)
26 (水)	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 切干大根の煮物 すまし汁 バナナ	米 鮭・キャベツ・えのき・葱・味噌・砂糖・みりん・酒 切干大根・油揚げ・人参・醤油・薄口・砂糖・みりん カットわかめ・豆腐・玉葱・薄口・塩 バナナ	ポン菓子 プチピザ (リッツ・コーン缶・ツナ・ケチャップ ピザチーズ)
27 (木)	麻婆丼 中華きゅうり スープ オレンジ	米・豚挽肉・生姜・にんにく・ごま油・豆腐・玉葱・人参・しめじ・白葱・醤油 砂糖・味噌・酒・鶏がらスープの素・片栗粉 きゅうり・醤油・塩こんぶ・ごま・ごま油 キャベツ・もやし・コーン・中華だしの素 オレンジ	スティックビスケット さつま芋パイ (パイシート・さつま芋・生クリーム 砂糖・バター・グラニュー糖)
28 (金)	生姜ごはん 鶏肉の塩から揚げ ごま和え 味噌汁 みかん	米・生姜・油揚げ・ひじき・酒・みりん・砂糖・醤油 鶏肉・酒・鶏がらスープの素・塩・片栗粉・油 キャベツ・大根・醤油・すりごま えのき・豆腐・人参・味噌 みかん 	ごまポッキー ゼリー
29 (土)	チャーハン スープ バナナ	米・豚挽肉・人参・しめじ・白葱・ごま油・醤油・塩・こしょう・中華だしの素 もやし・玉葱・人参・にら・中華だしの素 バナナ	ポン菓子 おにぎり

- ★ マヨネーズ、生中華麺、パイシート、ビスケット類については、卵不使用のものを使用しています。
- ★ ホットケーキミックス、豆乳かぼちゃ丸パン、食パンについては卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ みつき乳児保育園の0～2歳児は午前おやつ・午後おやつ、みつき保育園の3～5歳児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。
- ★ 土曜日の午後おやつは、おにぎりまたはおやつパンを提供します。

天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承ください