

日	曜日	飲み物	メニュー名	食品名
1	土	昼食	豚バラチャーハン 味噌汁	米・豚肉・葱・卵・油・中華だし・醤油・塩 麩・わかめ・葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	せんべい
3	月	昼食	カレーうどん 小松菜サラダ 果物	うどん・豚肉・小松菜・玉葱・人参・油揚げ・鰹昆布だし・醤油・みりん 酒・カレールウ・塩 小松菜・ハム・チーズ・マヨネーズ バナナ
		おやつ	麦茶	鶏そぼろおにぎり
4	火	昼食	ひじきごはん 白身魚の彩野菜あんかけ ごまとじゃこの粉ふき芋 味噌汁	米・醤油・みりん・酒・塩・ひじき・人参・油揚げ・砂糖 タラ・塩・片栗粉・油・ピーマン・人参・しめじ・鰹昆布だし・醤油・酒 みりん・砂糖・片栗粉 じゃが芋・しらす・ごま・塩 小松菜・大根・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ぶどうゼリー クラッカー
5	水	昼食	ごはん チキン南蛮 3色ナムル きのこの生姜スープ	米 鶏肉・片栗粉・油・醤油・酢・砂糖・ごま油・玉葱・卵・塩 ほうれん草・人参・もやし・ごま・醤油・酢・砂糖・ごま油 えのき・しめじ・生姜・ごま油・鶏ガラだし・オイスターソース・塩
		おやつ	麦茶	ジャムサンド
6	木	昼食	ごはん 肉じゃが わかめと胡瓜の酢の物 納豆 味噌汁	米 豚肉・人参・玉葱・じゃが芋・白滝・さやいんげん・砂糖・醤油・みりん・塩 わかめ・胡瓜・しらす・酢・鰹だし・塩・砂糖 納豆 葱・なめこ・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ごま味噌焼きおにぎり
7	金	昼食	【進級・入園おめでとう】 ごはん 春色ミートローフ 新たまねぎとアスパラのサラダ すまし汁	米 豚肉・牛肉・玉葱・人参・キャベツ・コーン・パン粉・牛乳・塩・ケチャップ アスパラ・玉葱・胡瓜・鰹節・醤油・酢・砂糖・マヨネーズ 麩・えのき・葱・鰹昆布だし・塩・醤油
		おやつ	麦茶	フルーツヨーグルト
8	土	昼食	鶏丼 味噌汁	米・鶏もも肉・玉葱・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・砂糖 じゃが芋・玉葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ビスケット
10	月	昼食	ごはん ポークチャップ ブロッコリーの醤油マヨ和え 春雨スープ	米 豚肉・玉葱・人参・エリンギ・ピーマン・ケチャップ・にんにく・塩・コンソメ 砂糖・オリーブ油 ブロッコリー・コーン・マヨネーズ・醤油 春雨・人参・葱・卵・コンソメ・塩・醤油・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	たこ焼き風粉ふき芋
11	火	昼食	ごはん カレイの照り焼き 青菜のおかか和え 豚汁	米 カレイ・片栗粉・醤油・酒・みりん・砂糖 ほうれん草・人参・醤油・鰹節 豚肉・大根・じゃが芋・人参・ごぼう・こんにゃく・ごま油・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	きな粉ドーナツ
12	水	昼食	ビビンバ丼 韓国風サラダ わかめスープ	米・豚ひき肉・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜・もやし・人参・小松菜・ごま油・ごま サニーレタス・トマト・胡瓜・玉葱・醤油・酢・砂糖・ごま油・ごま わかめ・玉葱・昆布だし・中華だし・塩・ごま
		おやつ	麦茶	あんバターサンド
13	木	昼食	コストコパン チキンナゲット お豆たっぷりツナコーンサラダ ミネストローネ	コストコパン 鶏ひき肉・卵・酒・醤油・マヨネーズ・薄力粉・塩・油 大豆・キャベツ・胡瓜・ツナ缶・コーン・マヨネーズ トマト・キャベツ・じゃが芋・玉葱・人参・ベーコン・コンソメ
		おやつ	麦茶	焼きそば
14	金	昼食	ごはん メルルーサの磯部揚げ 小松菜の納豆和え 味噌汁 果物	米 メルルーサ・片栗粉・青のり・塩・油 小松菜・人参・醤油・鰹節・納豆 白菜・えのき・鰹昆布だし・味噌 オレンジ
		おやつ	麦茶	豆乳もち

15	土	昼食	麦茶	焼きうどん わかめスープ	うどん・豚肉・キャベツ・人参・竹輪・ごま油・醤油・酒・鰹節 わかめ・玉葱・昆布だし・中華だし・塩・ごま
		おやつ	麦茶	おかかおにぎり	米・鰹節・醤油
17	月	昼食	牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き 青のりポテト 味噌汁	米 豚肉・玉葱・生姜・醤油・みりん・酒・キャベツ じゃが芋・青のり・塩 大根・人参・小葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	チーズクッキー	小麦粉・砂糖・マーガリン・牛乳・チーズ
18	火	昼食	牛乳	わかめごはん 鶏の唐揚げ 春雨サラダ 味噌汁	米・わかめご飯の素 鶏もも肉・酒・生姜・にんにく・醤油・マヨネーズ・片栗粉・油 春雨・ハム・ほうれん草・人参・砂糖・酢・醤油・ごま油 葱・なめこ・豆腐・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	マカロニナポリタン	マカロニ・ウインナー・玉葱・ピーマン・オリーブ油・ケチャップ・ウスターソース
19	水	昼食	牛乳	ごはん 赤魚の煮つけ かぼちゃとベーコンの炒め物 すまし汁	米 赤魚・醤油・酒・みりん・砂糖 かぼちゃ・ベーコン・にんにく・オリーブ油 麩・葱・えのき・鰹昆布だし・塩・醤油
		おやつ	麦茶	じゃこトースト	食パン・しらす・青のり・マヨネーズ
20	木	昼食	牛乳	ハヤシライス ポテトサラダ 果物	米・豚肉・油・玉葱・人参・エリンギ・ハヤシルウ・ケチャップ じゃが芋・ハム・胡瓜・人参・コーン・卵・マヨネーズ・塩 キウイ
		おやつ	麦茶	りんごゼリー クラッカー	りんごジュース・ゼラチン クラッカー
21	金	昼食	牛乳	【たけのこづくし】 たけのこごはん 鶏バーグ 春キャベツの磯和え 若竹汁	米・たけのこ・油揚げ・昆布・醤油・酒・みりん・塩 鶏ひき肉・豚ひき肉・パン粉・卵・牛乳・玉葱・塩・醤油・砂糖・みりん・酒・片栗粉 キャベツ・小松菜・人参・のり・ごま・醤油 たけのこ・わかめ・鰹昆布だし・塩・醤油
		おやつ	麦茶	甘納豆蒸しパン	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳・油・甘納豆
22	土	昼食	麦茶	豚丼 味噌汁	米・豚肉・玉葱・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・生姜 じゃが芋・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	バナナ	バナナ
24	月	昼食	牛乳	ごはん チャプチェ 韓国風サラダ わかめスープ	米 牛肉・醤油・砂糖・にんにく・春雨・葱・椎茸・人参・玉葱・小葱・ごま サニーレタス・トマト・胡瓜・玉葱・醤油・酢・砂糖・ごま・ごま油 わかめ・玉葱・昆布だし・中華だし・塩・ごま
		おやつ	麦茶	お好み焼き	お好み焼き粉・豚肉・キャベツ・コーン・油・中濃ソース・青のり
25	火	昼食	牛乳	ごはん 鯖の塩焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁	米 鯖・塩 小松菜・人参・醤油・鰹節・納豆 キャベツ・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	おからのココア焼きドーナツ	ホットケーキ粉・おから・卵・砂糖・ココア・マーガリン・油・牛乳
26	水	昼食	牛乳	キーマカレスパゲッティ 温野菜 かきたまスープ 果物	スパゲッティ・マーガリン・豚ひき肉・玉葱・人参・ピーマン・エリンギ カレールウ・ケチャップ・中濃ソース ブロッコリー・じゃが芋・マヨネーズ・味噌 小松菜・玉葱・人参・卵・昆布だし・中華だし・醤油・塩・片栗粉 オレンジ
		おやつ	麦茶	じゃこと葱のチャーハン	米・ごま油・卵・しらす・葱・醤油・塩
27	木	昼食	牛乳	ごはん（ゆかり付き） レバーナッツ 海藻サラダ 味噌汁	米・ゆかり 豚レバー・牛乳・片栗粉・油・かぼちゃ・じゃが芋・さつま芋・砂糖・醤油・アーモンド ひじき・わかめ・キャベツ・人参・胡瓜・醤油・鰹だし・酢・みりん・塩 しめじ・玉葱・小葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ヨーグルト コーンフレーク	ヨーグルト コーンフレーク
28	金	昼食	牛乳	ごはん 鶏肉のバーベキュー焼き ごぼうサラダ コンソメスープ	米 鶏もも肉・ケチャップ・中濃ソース・醤油・にんにく ごぼう・人参・マヨネーズ・ごま キャベツ・人参・玉葱・油・コンソメ・醤油
		おやつ	麦茶	大豆の甘辛揚げ 小魚	大豆・片栗粉・醤油・砂糖・油 小魚
29	土	昼食	昭和の日		
		おやつ			