



日	曜日	食 食		使用材料3色食品表			朝おやつ ※乳児のみ	15時おやつ
		主食	乳幼児食	血・肉・骨・歯のもと	力や体温のもと	体の調子を整える		
1	火	ごはん	にくじゃが おくらのあますあえ だいこんのみそしる・くだもの	牛もも(国産)・マグロツナ・油揚げ・かつわかめ・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳・調整豆乳	米・サラダ油・じゃが芋・上白糖・ソバトシ・薄力粉・いりこ(白)	玉ねぎ・人参・オクラ・切干大根(乾)・きゅうり・大根・オレンジ	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう ごまくつきー
2	水	こっぺぱん	防災給食 つなまよさらだ・くだくさんすーぶ くだもの・かんぱん	マグロツナ・鶏もも(国産)・大豆水煮・みついいし昆布・牛乳・きな粉	コッペパン・イチゴジャム・マヨドレ(卵不使用)・サラダ油・じゃが芋・上白糖・かんぱん・米・片栗粉	冷 コーン(ゆー)・おろしにんにく・玉ねぎ・人参・しめじ・パナナ・りんご	ぎゅうにゅう くだもの	ぎゅうにゅう きなごだんごふう
3	木	ごはん	さけのやみつきてりやき きゃべつのいそあえ さつまいのみそしる・くだもの	骨なしサーモントラウト・刻みのり・かつわかめ・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳	米・上白糖・サラダ油・さつま芋・ソバトシ・食パン・バター・グラニュー糖	キャベツ・ほうれん草・人参・玉ねぎ・オレンジ	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう しゅーごーすと
4	金	ごはん	とりにくのかおりやき こまつなのごますあえ あつあげのみそしる・くだもの	鶏むね(国産)・塩昆布・マグロツナ・厚揚げ・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳・調整豆乳	米・片栗粉・いりこ(白)・上白糖・薄力粉・サラダ油	大葉・小松菜・切干大根(乾)・人参・玉ねぎ・ニラ・パナナ・りんご・かぼちゃ	ぎゅうにゅう くだもの	ぎゅうにゅう かぼちゃけーき
7	月	ごはん	ぶらにくともやしのいためもの うましおさつまいも にらたますーぶ・くだもの	豚もも(国産)・豚ばら(国産)・中みそ・卵・みついいし昆布・牛乳・ベーコン・スライス・刻みのり	米・片栗粉・上白糖・さつま芋・バター・ソバトシ・スバゲティ(乾)・サラダ油・無塩バター	太もやし・玉ねぎ・ピーマン・ニラ・おろしにんにく・おろししょうが・えのき茸・りんご・しめじ	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう きのこすばてい
8	火	ごはん	とりつくねはんぱーぐ きゃべつのおかかまよあえ かぼちゃのみそしる・くだもの	鶏ミンチ(国産)・豚ミンチ(国産)・木綿豆腐・ちくわ・花かつお・油揚げ・かつわかめ・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳・調整豆乳	米・サラダ油・上白糖・片栗粉・マヨドレ(卵不使用)・ソバトシ・薄力粉・さつま芋	玉ねぎ・人参・レンコン・大葉・大根・キャベツ・チンゲン菜・かぼちゃ・パナナ・りんご	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう りんごさつまいものけーき
9	水	ごはん	おむとんべいふう はくさいのうめおかあえ じゃがいものみそしる・くだもの	卵・豚ミンチ(国産)・ミックスチーズ・ちくわ・花かつお・かつわかめ・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳	米・サラダ油・上白糖・ごま油・じゃが芋	玉ねぎ・キャベツ・だいずもやし・葉ねぎ・小松菜・白菜・人参・しめじ・オレンジ・りんご・オレンジジュース 100%・黄桃缶(1/2)	ぎゅうにゅう くだもの	ぎゅうにゅう ももぜりー
10	木	むぎごはん	さばのみそに きゅうりとおくらのしおこんぶあえ とうふのおすいもの・くだもの	骨なしサバ切身・中みそ・マグロツナ・塩昆布・豆腐・かつわかめ・みついいし昆布・牛乳・調整豆乳・ミックスチーズ	米・雑穀 さくら麦(押麦)・上白糖・ソバトシ・じゃが芋・片栗粉・ごま油	おろししょうが・きゅうり・オクラ・人参・パナナ・ニラ	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう にらじゃがもち
11	金	ごはん	やみつきちさん まかろにさらだ ちんげんさいのすーぶ・くだもの	鶏もも(国産)・マグロツナ・ベーコン・スライス・みついいし昆布・牛乳	米・上白糖・マヨドレ(卵不使用)・サラダ油・マカロニ(乾)・無塩バター・ぎょうざの皮 大判	おろしにんにく・パセリ(乾)・きゅうり・人参・チンゲン菜・玉ねぎ・えのき茸・りんご・かぼちゃ	ぎゅうにゅう くだもの	ぎゅうにゅう ばんぶきんぱい
14	月	ごはん	ぶたにくのけちやぶいいため じゃがはたーさらだ ようふうたまごすーぶ・くだもの	豚もも(国産)・豚ばら(国産)・卵・ベーコン・スライス・みついいし昆布・牛乳	米・片栗粉・サラダ油・上白糖・じゃが芋・バター・ソバトシ・ソバトシ	おろしにんにく・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン・冷 コーン(ゆー)・パセリ(乾)・りんご・オレンジジュース 100%・ミカン缶(1/2)	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう みかんぜりー
15	火	ごはん	ひきにくのおおばちーすやき おくらのごますあえ さつまいのみそしる・くだもの	鶏ミンチ(国産)・豚ミンチ(国産)・ひじき(乾)・卵・ミックスチーズ・マグロツナ・かつわかめ・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳・無調整豆乳・きな粉	米・サラダ油・上白糖・片栗粉・いりこ(白)・さつま芋・ソバトシ	大葉・玉ねぎ・人参・おろししょうが・オクラ・太もやし・しめじ・パナナ	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう とうにゅうもち
16	水	ぶるこぎどん	ぶろっこりーのさらだ こんさいのみそしる・くだもの	牛もも(国産)・中みそ・かつわかめ・いりこ・みついいし昆布・牛乳・調整豆乳	米・上白糖・いりこ(白)・サラダ油・ごま油・薄力粉・ココアパウダー	玉ねぎ・人参・太もやし・ニラ・おろしにんにく・ブロッコリー・冷 コーン(ゆー)・大根・ごぼう・白ネギ・オレンジ・りんご	ぎゅうにゅう くだもの	ぎゅうにゅう まーぶるくつきー
17	木	むぎごはん	さわらのかれーまよやき はくさいとりんごのさらだ おにおんすーぶ・くだもの	骨なしサワラ切身・ロースハム・スライス・ベーコン・スライス・みついいし昆布・牛乳	米・雑穀 さくら麦(押麦)・マヨドレ(卵不使用)・上白糖・サラダ油・ソバトシ・食パン	玉ねぎ・ブロッコリー・白菜・きゅうり・りんご・レモン・ポッカ 100%・人参・干し椎茸(どんこ)・パナナ	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう らすく
18	金	ごはん	とりまよ はるさめさらだ ちんげんさいのすーぶ・くだもの	鶏むね(国産)・マグロツナ・ベーコン・スライス・みついいし昆布・牛乳	米・マヨドレ(卵不使用)・片栗粉・上白糖・春雨・さつま芋・サラダ油・いりこ(黒)	おろしにんにく・おろししょうが・葉ねぎ・きゅうり・冷 コーン(ゆー)・チンゲン菜・玉ねぎ・干し椎茸(どんこ)・りんご	ぎゅうにゅう くだもの	ぎゅうにゅう だいがくいも
24	木	むぎごはん	さけのこうそうやき ひじきのものに とんじる・くだもの	骨なし秋鮭切身・ひじき(乾)・油揚げ・豚もも(国産)・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳・調整豆乳	米・雑穀 さくら麦(押麦)・サラダ油・さつま芋・上白糖・ソバトシ・薄力粉・ココアパウダー	パセリ(乾)・人参・冷 グリンピース・ごぼう・玉ねぎ・小松菜・オレンジ・パナナ	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう ちょこばなけーき
25	金	とまと どらい かれー	ぶろっこりーのでりふうさらだ ぶろーすんよーるご	スライスチーズ・豚ミンチ(国産)・卵・プレーンヨーグルト・牛乳	米・サラダ油・上白糖・マヨドレ(卵不使用)・さつま芋・片栗粉	玉ねぎ・人参・ピーマン・トマト・ホール・冷 グリンピース・ブロッコリー・ミカン缶(1/2)・りんご	ぎゅうにゅう くだもの	ぎゅうにゅう みたらしだんごふう (おつきみ)
28	月	おたのしみきゅうしょく						
29	火	ごはん	ぶたにくとあつあげのにも ぶろっこりーのゆかりまよあえ だいこんのみそしる・くだもの	豚もも(国産)・豚ばら(国産)・厚揚げ・マグロツナ・油揚げ・かつわかめ・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳・きな粉	米・片栗粉・上白糖・マヨドレ(卵不使用)・マカロニ(乾)	玉ねぎ・人参・小松菜・ブロッコリー・大根・しめじ・パナナ・りんご	ぎゅうにゅう くだもの	ぎゅうにゅう まかろにきなこ
30	水	ごはん	ちくさやき きゃべつのおにおんぶあえ かぼちゃのみそしる・くだもの	卵・鶏ミンチ(国産)・ちくわ・塩昆布・油揚げ・かつわかめ・中みそ・いりこ・みついいし昆布・牛乳	米・上白糖・ソバトシ・食パン・バター・いりこ(白)	玉ねぎ・干し椎茸(どんこ)・キャベツ・小松菜・人参・しめじ・かぼちゃ・りんご	ぎゅうにゅう すなっく or びすけっと	ぎゅうにゅう せさみとーすと