

給食献立表

2024年11月

向こころ保育園

日付	昼食献立名	材 料	3時おやつ		
	毎日つくもの	麦 茶	牛 乳		
1 金	ロールパン かじきのチーズピカタ 野菜ソテー 野菜スープ	ロールパン かじき、小麦粉、卵、塩、粉チーズ ベーコン、白菜、アスパラ、玉葱、コーン、油、塩、醤油 さつま芋、玉葱、人参、コンソメ、塩	セサミケーキ (卵、グラニュー糖、バター、小麦粉、牛乳 ベーキングパウダー、ねりごま、白ごま) グレープフルーツ		
2・16 土	焼き肉丼 かぶの煮物 味噌汁	米、豚肉、にんにく、生姜、玉葱、人参 油、砂糖、醤油、みりん かぶ、葉、人参、だし、醤油、みりん、片栗粉 ほうれん草、人参、だし、味噌	ベジタブルせんべい カルテツゴフレット バナナ		
18 月	ミートスパゲティ ポテトサラダ 野菜スープ	スパゲティ、豚挽、人参、玉葱、ピーマン、マッシュルーム 小麦粉、ケチャップ、トマトピューレ、ソース、砂糖、塩、コンソメ じゃが芋、胡瓜、人参、塩、マヨネーズ 水菜、人参、塩、コンソメ	ひじきおにぎり (米、ひじき、人参、油、砂糖、塩、醤油) 柿		
5・19 火	さつま芋ごはん 鯖の塩焼き うの花炒り 味噌汁	米、さつま芋、ごま塩 鯖、塩 おから、長葱、人参、油、だし、砂糖、醤油、みりん 干椎茸、こんにゃく 小松菜、玉葱、油揚げ、だし、味噌	メープルケーキ (卵、グラニュー糖、メープルシロップ、油 塩、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳 干ぶどう) グレープフルーツ		
6・20 水	ロールパン 肉団子スープ カリフラワーのサラダ ヨーグルト	ロールパン 豚挽、鶏挽、玉葱、卵、片栗粉、キャベツ、人参、しめじ 塩、コンソメ、醤油 カリフラワー、人参、コーン、酢、油、塩、砂糖 ヨーグルト	わかめおにぎり (米、炊き込みわかめ) りんご		
7・21 木	御飯 ぶりの生姜焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 ぶり、生姜、みりん、醤油 凍り豆腐、人参、だし、砂糖、みりん、塩、醤油 豆苗、人参、大根、だし、味噌	カルシウムせんべい カルテツベビードーナツ バナナ		
8・22 金	御飯 鶏の照り煮 南瓜のカレー炒め 味噌汁	米 鶏肉、人参、蓮根、いんげん、ごま油、だし、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、人参、カレー粉、塩、コンソメ、油 もやし、万能葱、だし、味噌	包み揚げ (さつま芋、砂糖、バター、チーズ 餃子の皮、油) オレンジ		
9・30 土	御飯 豚肉の野菜煮 里芋の味噌煮 すまし汁	米 豚肉、青梗菜、人参、大根、だし、砂糖、みりん、醤油 里芋、人参、玉葱、だし、砂糖、味噌 なす、人参、だし、塩、醤油	ミニのりすけ カルテツリトルクッキー バナナ		
11・25 月	御飯 鶏肉のアップルソース焼き 白菜の旨煮 味噌汁	米 鶏肉、りんご、砂糖、醤油、みりん 白菜、人参、ツナ、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、人参、だし、味噌	クッキー (小麦粉、ベーキングパウダー、バター グラニュー糖、卵、バニラエッセンス) 柿		
12・26 火	カレーうどん さつま芋の甘煮 キャベツのナムル ヨーグルト	うどん、豚肉、玉葱、人参、長葱、バター、小麦粉 だし、みりん、塩、醤油、片栗粉 さつま芋、だし、砂糖、醤油 キャベツ、人参、竹輪、醤油、ごま油、白ごま ヨーグルト	鶏そぼろおにぎり (米、鶏挽、砂糖、みりん、醤油) りんご		
13・27 水	御飯 鯖の松前煮 切り干し大根の煮物 味噌汁	米 さわら、生姜、醤油、みりん 切干大根、油揚げ、人参、いんげん、油、だし、砂糖、みりん、醤油 青梗菜、人参、えのき、だし、味噌	カルピスゼリー (寒天・カルピス) つながこ		
14・28 木	御飯 ナゲット ゆかり和え 味噌汁	米 鶏肉、鶏挽、豆腐、玉葱、生姜、塩、卵、片栗粉、油、ケチャップ もやし、ほうれん草、人参、ゆかり 里芋、玉葱、だし、味噌	チーズ蒸しパン (クリームチーズ、グラニュー糖、卵、牛乳 油、小麦粉、ベーキングパウダー) グレープフルーツ		
15・29 金	ぶどうパン 鮭のクリームシチュー ミックスサラダ りんご	ぶどうパン 鮭、人参、玉葱、じゃが芋、バター、小麦粉、牛乳、塩、コンソメ ハム、小松菜、人参、砂糖、酢、醤油、ごま油 りんご	焼きそば (焼きそば、豚肉、人参、玉葱、ピーマン キャベツ、油、ソース) オレンジ		
3~5歳児 1か月の平均栄養量 (おやつ含む)		エネルギー	574kcal	鉄	3.2mg
		たんぱく質	23.7g	カルシウム	276mg
		脂 質	18.9g	ビタミンC	37mg
		塩 分	2.4g	食物繊維	4.7g

※材料の都合により献立が変更になることがあります。

2024年11月

給食献立予定表(離乳食)初期食・中期食用

向こころ保育園

日にち	午前初期食Ⅰ	午前初期食Ⅱ	中期食Ⅰ		中期食Ⅱ	
			午前	午後	午前	午後
1 金	パンがゆつぶし 人参ペースト 白菜ペースト さつま芋ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし 白菜つぶし さつま芋つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ 煮魚(鮭・白菜・だし) 野菜煮 (さつま芋・玉葱・人参 だし・醤油)	七倍がゆ 豆腐の味噌煮 (豆腐・玉葱・人参・だし 味噌) 煮物 (大根・だし)	パンがゆ スティックパン 煮魚(鮭・白菜・だし) 野菜煮 (さつま芋・玉葱・人参 だし・醤油) 炒り卵(卵黄・だし)	七倍がゆ 豆腐の味噌煮 (豆腐・玉葱・人参・だし 味噌) 煮物 (大根・だし)
2・16 土						
18 月	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト じゃが芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし じゃが芋つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 だし・塩) 紅白煮 (じゃが芋・人参・だし)	七倍がゆ やわらか煮 (たら・ブロッコリー・玉葱 だし・醤油) 冬瓜のあんかけ (冬瓜・人参・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 だし・塩) 紅白煮 (じゃが芋・人参・だし)	七倍がゆ やわらか煮 (たら・ブロッコリー・玉葱 だし・醤油) 冬瓜のあんかけ (冬瓜・人参・だし・醤油)
5・19 火	つぶしがゆ さつま芋ペースト 小松菜ペースト 人参ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ さつま芋つぶし 小松菜つぶし 認人つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 魚の旨煮 (鮭・人参・玉葱・小松菜 だし・味噌) マッシュ (さつま芋・だし)	パンがゆ そばろ煮 (ささみ・だし・醤油) スープ煮 (白菜・人参・玉葱・だし 醤油)	七倍がゆ 魚の旨煮 (鮭・人参・玉葱・小松菜 だし・味噌) マッシュ (さつま芋・だし)	パンがゆ スティックパン そばろ煮 (鶏挽・だし・醤油) スープ煮 (白菜・人参・玉葱・だし 醤油)
6・20 水	パンがゆつぶし カリフラワーペースト キャベツペースト 人参ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし カリフラワーつぶし キャベツつぶし 人参つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ ささみのクタクタ煮 (ささみ・人参・キャベツ だし・醤油) 煮浸し(カリフラワー・玉葱・だし) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 豆腐の煮物 (豆腐・玉葱・南瓜・人参 だし・味噌) とろみ煮 (ほうれん草・だし)	パンがゆ スティックパン ささみのクタクタ煮 (ささみ・人参・キャベツ だし・醤油) 煮浸し(カリフラワー・玉葱・だし) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 豆腐の煮物 (豆腐・玉葱・南瓜・人参 だし・味噌) とろみ煮 (ほうれん草・だし)
7・21 木	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト 大根ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 大根つぶし しらすつぶし 野菜スープ	七倍がゆ しらすの味噌煮 (しらす・だし・味噌) やわらか煮 (大根・人参・玉葱・だし 塩)	煮込みうどん (うどん・ささみ・玉葱 人参・だし・醤油) 煮浸し (なす・だし)	七倍がゆ しらすの味噌煮 (しらす・だし・味噌) やわらか煮 (大根・人参・玉葱・だし 塩)	煮込みうどん (うどん・ささみ・玉葱 人参・だし・醤油) 煮浸し (なす・だし)
8・22 金	つぶしがゆ 南瓜ペースト 白菜ペースト 人参ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 南瓜つぶし 白菜つぶし 人参つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 豆腐のとろみ煮 (豆腐・玉葱・だし・醤油) 煮物 (南瓜・人参・だし・味噌)	七倍がゆ 魚の旨煮 (鮭・さつま芋・玉葱・人参 だし・醤油) トロロ煮 (キャベツ・だし)	七倍がゆ 豆腐のとろみ煮 (豆腐・玉葱・だし・醤油) 煮物 (南瓜・人参・だし・味噌)	七倍がゆ 魚の旨煮 (鮭・さつま芋・玉葱・人参 だし・醤油) トロロ煮 (キャベツ・だし)
9・30 土						
11・25 月	つぶしがゆ 人参ペースト 白菜ペースト 南瓜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 白菜つぶし 南瓜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ そばろ煮 (ささみ・だし) トロロ煮 (白菜・南瓜・玉葱・人参 だし・醤油)	七倍がゆ 鮭の味噌煮 (鮭・だし・味噌) クタクタ煮 (白菜・南瓜・かぶ・玉葱・人参 だし・醤油)	七倍がゆ そばろ煮 (ささみ・だし) トロロ煮 (白菜・南瓜・玉葱・人参 だし・醤油)	七倍がゆ 鮭の味噌煮 (鮭・だし・味噌) クタクタ煮 (小松菜・かぶ・玉葱・人参 だし・醤油)
12・26 火	つぶしがゆ さつま芋ペースト キャベツペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ さつま芋つぶし キャベツつぶし 玉葱つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・人参・さつま芋 キャベツ・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・塩) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 煮鶏 (ささみ・なす・だし・醤油) 煮物 (冬瓜・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・さつま芋 キャベツ・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・塩) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 煮鶏 (ささみ・なす・だし・醤油) 煮物 (冬瓜・人参・だし)
13・27 水	つぶしがゆ 人参ペースト 大根ペースト 青菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 大根つぶし 青菜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (たら・玉葱・人参・だし 醤油) 大根の味噌煮 (大根・だし・味噌)	パンがゆ 豆腐の旨煮 (豆腐・じゃが芋・人参・玉葱 だし・醤油) だし煮 (ブロッコリー・だし)	七倍がゆ 煮魚 (たら・玉葱・人参・だし 醤油) 大根の味噌煮 (大根・だし・味噌)	パンがゆ スティックパン 豆腐の旨煮 (豆腐・じゃが芋・人参・玉葱 だし・醤油) だし煮 (ブロッコリー・だし)
14・28 木	つぶしがゆ ほうれん草ペースト 人参ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ ほうれん草つぶし 人参つぶし 玉葱つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 鶏のあんかけ (ささみ・ほうれん草・人参 玉葱・だし・醤油) 煮物 (里芋・だし)	七倍がゆ しらす煮 (しらす・玉葱・だし) やわらか煮 (カリフラワー・人参・だし・味噌) 煮物 (里芋・だし)	七倍がゆ 鶏のあんかけ (鶏挽・ほうれん草・人参 玉葱・だし・醤油) 煮物 (カリフラワー・人参・だし・味噌) 炒り卵(卵黄・だし)	七倍がゆ しらす煮 (しらす・玉葱・だし) やわらか煮 (カリフラワー・人参・だし・味噌) 炒り卵(卵黄・だし)
15・29 金	パンがゆつぶし じゃが芋ペースト 人参ペースト 小松菜ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし じゃが芋つぶし 人参つぶし 小松菜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ 魚のスープ煮 (鮭・人参・玉葱・じゃが芋 だし・塩) 煮浸し (小松菜・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 キャベツ・だし・味噌) とろみ煮 (南瓜・だし)	パンがゆ スティックパン 魚のスープ煮 (鮭・人参・玉葱・じゃが芋 だし・塩) 煮浸し (小松菜・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 キャベツ・だし・味噌) とろみ煮 (南瓜・だし)

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

2024年11月の給食(後期食)

向こころ保育園

		午前食		午後食	
毎日つくもの		ミルク		ミルク	
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料
1	金	ロールパン パンがゆ かじきのチーズピカタ 野菜炒め 野菜スープ	ロールパン かじき、小麦粉、卵、塩、粉チーズ 白菜、玉葱、アスパラ、油、塩、醤油 さつま芋、玉葱、人参、塩、コンソメ	全粥 鶏の甘辛煮 大根のごま和え 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、砂糖、醤油 大根、砂糖、醤油、白ごま 豆腐、人参、だし、味噌
2	土	全粥 そばろ煮 かぶの煮物 味噌汁	米 豚挽、玉葱、人参、砂糖、醤油、みりん かぶ、葉、人参、だし、醤油、みりん、片栗粉 ほうれん草、人参、だし、味噌	全粥 魚の旨煮 里芋ソテー 味噌汁	米 鮭、人参、玉葱、だし、砂糖、醤油、片栗粉 里芋、油、塩、コンソメ 麩、玉葱、だし、味噌
18	月	煮込みうどん 温野菜 野菜スープ	うどん、豚挽、玉葱、人参、ピーマン、砂糖 塩、コンソメ、ケチャップ じゃが芋、玉葱、人参、胡瓜、塩 水菜、人参、塩、コンソメ	全粥 豆腐のあんかけ 煮物 味噌汁	米 豆腐、人参、玉葱、だし、砂糖、醤油、片栗粉 冬瓜、人参、だし、みりん、醤油 ブロッコリー、玉葱、だし、味噌
5	火	さつま芋がゆ 鮭の塩焼き うの花炒り 味噌汁	米、さつま芋 鮭、塩 おから、長葱、人参、油、だし、砂糖、醤油、みりん 小松菜、玉葱、だし、味噌	食パン パンがゆ そばろ煮 白菜のバター醤油炒め 野菜スープ	食パン 豚挽、玉葱、砂糖、味噌 白菜、バター、醤油 にら、玉葱、人参、塩、コンソメ
6	水	ロールパン パンがゆ 肉団子スープ カリフラワーのサラダ ヨーグルト	ロールパン 豚挽、鶏挽、玉葱、卵、片栗粉、キャベツ、人参 しめじ、塩、コンソメ、醤油 カリフラワー、人参、塩 ヨーグルト	全粥 しらす煮 ほうれん草炒め 味噌汁	米 しらす、人参、玉葱、醤油、みりん ほうれん草、人参、ごま油、塩、醤油 南瓜、玉葱、だし、味噌
7	木	全粥 煮魚 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 かじき、醤油、みりん 凍り豆腐、人参、だし、砂糖、醤油、みりん、塩 豆苗、人参、大根、だし、味噌	煮込みうどん おかか和え バナナ	うどん、鶏挽、玉葱、なす、だし、味噌 青梗菜、人参、かつお節、醤油 バナナ
8	金	全粥 煮鶏 南瓜の炒め物 味噌汁	米 鶏挽、人参、ごま油、だし、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、人参、塩、コンソメ、油 もやし、万能葱、だし、味噌	全粥 たらのチーズ蒸し さつま芋マッシュ すまし汁	米 たら、人参、玉葱、チーズ、醤油 さつま芋、牛乳、塩、コンソメ キャベツ、玉葱、だし、塩、醤油
9	土	全粥 豚挽の野菜煮 里芋の味噌煮 すまし汁	米 豚挽、青梗菜、人参、大根、だし、砂糖、醤油、みりん 里芋、玉葱、人参、だし、砂糖、味噌 なす、人参、だし、塩、醤油	全粥 豆腐ステーキ 和えもの 味噌汁	米 豆腐、小麦粉、油、醤油、みりん アスパラ、醤油 人参、玉葱、だし、味噌
11	月	全粥 鶏のアップルソース煮 白菜の旨煮 味噌汁	米 鶏挽、りんご、砂糖、醤油、みりん 白菜、人参、ツナ、だし、砂糖、醤油、片栗粉 南瓜、玉葱、だし、味噌	全粥 魚の磯辺煮 ごま塩和え 味噌汁	米 かじき、青のり、みりん、醤油 小松菜、ごま塩 かぶ、玉葱、だし、味噌
12	火	煮込みうどん さつま芋の甘煮 キャベツのナムル ヨーグルト	うどん、豚挽、玉葱、人参、だし、塩、醤油 みりん、片栗粉 さつま芋、だし、砂糖、醤油 キャベツ、人参、醤油、ごま油、白ごま ヨーグルト	全粥 煮奴 なすの味噌煮 すまし汁	米 豆腐、だし、砂糖、醤油 なす、人参、砂糖、味噌 冬瓜、玉葱、だし、塩、醤油
13	水	全粥 煮魚 大根の煮物 味噌汁	米 たら、砂糖、醤油、みりん 大根、人参、いんげん、だし、砂糖、醤油、みりん 青梗菜、人参、だし、味噌	食パン パンがゆ ミートボール ブロッコリーの炒め物 洋風味噌汁	食パン 豚挽、玉葱、片栗粉、砂糖、醤油、コンソメ ブロッコリー、人参、油、砂糖、醤油 じゃが芋、人参、牛乳、だし、味噌
14	木	全粥 ケチャップ煮 ゆかり和え 味噌汁	米 鶏挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、コンソメ、ケチャップ ほうれん草、人参、もやし、ゆかり 里芋、玉葱、だし、味噌	全粥 しらすの炒め煮 クリームチーズ和え すまし汁	米 しらす、人参、玉葱、にら、油、みりん、醤油 アスパラ、クリームチーズ、醤油 カリフラワー、人参、だし、塩、醤油
15	金	食パン パンがゆ 鮭のクリームシチュー ミックスサラダ すりおろしりんご	食パン 鮭、人参、玉葱、じゃが芋、バター、小麦粉、牛乳 コンソメ、塩 小松菜、人参、醤油 りんご	煮込みうどん 煮鶏 南瓜のとりみ煮	うどん、人参、玉葱、ピーマン、キャベツ、だし 塩、醤油 鶏挽、砂糖、醤油、味噌 南瓜、だし、みりん、醤油、片栗粉

*材料の都合により献立が変更になることがあります。

2024年11月の給食(完了期食)

向こころ保育園

毎日つくもの		午前食		午後食	
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料
1	金	ロールパン パンがゆ かじきのチーズピカタ 野菜炒め 野菜スープ	ロールパン かじき、小麦粉、卵、塩、粉チーズ 白菜、玉葱、アスパラ、油、塩、醤油 さつま芋、玉葱、人参、塩、コンソメ	セサミケーキ 味噌汁	小麦粉、ベーキングパウダー、バター、卵 グラニュー糖、牛乳、ねりごま、白ごま 豆腐、人参、だし、味噌
2	16 土	軟飯 そばろ煮 かぶの煮物 味噌汁	米 豚挽、玉葱、人参、砂糖、醤油、みりん かぶ、葉、人参、だし、醤油、みりん、片栗粉 ほうれん草、人参、だし、味噌	軟飯 魚の旨煮 里芋ソテー	米 鮭、人参、玉葱、だし、砂糖、醤油、片栗粉 里芋、油、塩、コンソメ
18	月	煮込みうどん ポテトサラダ 野菜スープ	うどん、豚挽、玉葱、人参、ピーマン、砂糖 塩、コンソメ、ケチャップ じゃが芋、玉葱、人参、胡瓜、塩、マヨネーズ 水菜、人参、塩、コンソメ	おにぎり 味噌汁	米、ひじき、人参、油、砂糖、塩、醤油 ブロッコリー、玉葱、だし、味噌
5	19 火	さつま芋がゆ 鮭の塩焼き うの花炒り 味噌汁	米、さつま芋 鮭、塩 おから、長葱、人参、油、だし、砂糖、醤油、みりん 小松菜、玉葱、油揚げ、だし、味噌	メープルケーキ 野菜スープ	卵、グラニュー糖、メープルシロップ 油、塩、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳 にら、玉葱、人参、塩、コンソメ
6	20 水	ロールパン パンがゆ 肉団子スープ カリフラワーのサラダ ヨーグルト	ロールパン 豚挽、鶏挽、玉葱、卵、片栗粉、キャベツ、人参 しめじ、塩、コンソメ、醤油 カリフラワー、人参、塩 ヨーグルト	おにぎり スライスりんご	米、炊き込みわかめ りんご
7	21 木	軟飯 煮魚 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 かじき、醤油、みりん 凍り豆腐、人参、だし、砂糖、醤油、みりん、塩 豆苗、人参、大根、だし、味噌	煮込みうどん バナナ	うどん、鶏挽、玉葱、なす、だし、味噌 バナナ
8	22 金	軟飯 煮鶏 南瓜の炒め物 味噌汁	米 鶏挽、人参、ごま油、だし、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、人参、塩、コンソメ、油 もやし、万能葱、だし、味噌	包み揚げ すまし汁	さつま芋、バター、砂糖、チーズ 餃子の皮、油 キャベツ、玉葱、だし、塩、醤油
9	30 土	軟飯 豚挽の野菜煮 里芋の味噌煮 すまし汁	米 豚挽、青梗菜、人参、大根、だし、砂糖、醤油、みりん 里芋、玉葱、人参、だし、砂糖、味噌 なす、人参、だし、塩、醤油	軟飯 豆腐ステーキ 和えもの	米 豆腐、小麦粉、油、醤油、みりん アスパラ、醤油
11	25 月	軟飯 鶏のアップルソース煮 白菜の旨煮 味噌汁	米 鶏挽、りんご、砂糖、醤油、みりん 白菜、人参、ツナ、だし、砂糖、醤油、片栗粉 南瓜、玉葱、だし、味噌	軟飯 魚の磯辺煮 ごま塩和え	米 かじき、青のり、みりん、醤油 小松菜、ごま塩
12	26 火	煮込みうどん さつま芋の甘煮 キャベツのナムル ヨーグルト	うどん、豚挽、玉葱、人参、だし、塩、醤油 みりん、片栗粉 さつま芋、だし、砂糖、醤油 キャベツ、人参、醤油、ごま油、白ごま ヨーグルト	おにぎり スライスりんご	米、鶏挽、砂糖、醤油、みりん りんご
13	27 水	軟飯 煮魚 大根の煮物 味噌汁	米 たら、砂糖、醤油、みりん 大根、人参、いんげん、だし、砂糖、醤油、みりん 青梗菜、人参、えのき、だし、味噌	食パン パンがゆ ミートボール ブロッコリーの炒め物	食パン 豚挽、玉葱、片栗粉、砂糖、醤油、コンソメ ブロッコリー、人参、油、砂糖、醤油
14	28 木	軟飯 ケチャップ煮 ゆかり和え 味噌汁	米 鶏挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、コンソメ、ケチャップ ほうれん草、人参、もやし、ゆかり 里芋、玉葱、だし、味噌	チーズ蒸しパン すまし汁	クリームチーズ、グラニュー糖、卵、牛乳 油、小麦粉、ベーキングパウダー カリフラワー、人参、だし、塩、醤油
15	29 金	食パン パンがゆ 鮭のクリームシチュー ミックスサラダ スライスりんご	食パン 鮭、人参、玉葱、じゃが芋、バター、小麦粉、牛乳 コンソメ、塩 小松菜、人参、醤油 りんご	煮込みうどん 煮鶏	うどん、人参、玉葱、ピーマン、キャベツ、だし 塩、醤油 鶏挽、砂糖、醤油、味噌

*材料の都合により献立が変更になることがあります。