



日曜	うめ組・もも組・ゆり組のおやつ	献立名	主要材料	3時のおやつ
1月	牛乳 菓子	カレーライス スマイルポテト ツナサラダ いちご	豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 セロリ 大豆 切干大根 キャベツ きゅうり ツナ	ミルク 若草ケーキ
2火	牛乳 菓子	ご飯 鶏肉の照り焼き 小松菜のおかか和え わかめのみそ汁 プリン	鶏肉 小松菜 もやし 人参 ちくわ 切干大根 わかめ 玉ねぎ 油揚げ	ミルク ウインナーパン
3水	牛乳 菓子	ご飯 たら唐揚げ キャベツの和え物 豆腐の澄まし汁 バナナ	たら キャベツ きゅうり 人参 わかめ しらす干し 豆腐 玉ねぎ しめじ ねぎ	ミルク 花見団子 
4木	牛乳 菓子	ロールパン ミートボール サラダ スープ オレンジ 牛乳(きく組～)	合挽肉 マカロニ キャベツ きゅうり 人参 コーン 大根 玉ねぎ グリンピース ベーコン	お茶 昆布おにぎり
5金	牛乳 菓子	鮭の三色丼 菜の花のみそ汁 チーズ	鮭 ごぼう キャベツ 人参 いんげん 卵 豆腐 菜の花 玉ねぎ 油揚げ 切干大根	ミルク 大学芋
6土	牛乳 菓子	ビビンバチャーハン ワンタンスープ ゼリー	豚挽肉 キャベツ 小松菜 人参 もやし ワンタン えのき茸 切干大根 ねぎ	牛乳 ポップコーン
8月	牛乳 菓子	ご飯 ツナナゲット ごぼうサラダ えのき茸のスープ いちご	ツナ 豆腐 ひじき ごぼう きゅうり ハム コーン 人参 切干大根 えのき茸 玉ねぎ 小松菜 もやし	ミルク ミニクワッサン
9火	牛乳 菓子	レーズンパン あじのパン粉焼き アスパラサラダ スープ ゼリー 牛乳(きく組～)	あじ(鮭) アスパラガス キャベツ 切干大根 人参 ベーコン 玉ねぎ チンゲン菜 しめじ	お茶 栄養いっぱい焼きそば
10水	牛乳 菓子	ご飯 シュウマイ 豚挽肉とわかめの炒め物 ニラ玉スープ パイン	豚挽肉 玉ねぎ わかめ 春雨 人参 コーン にら 玉ねぎ 高野豆腐 卵	ミルク ベルギーワッフル
11木	牛乳 菓子	ご飯 さわらの西京焼き ひじき煮 キャベツのみそ汁 ヨーグルト	さわら ひじき 油揚げ 人参 こんにゃく いんげん 切干大根 キャベツ 玉ねぎ えのき茸 わかめ	ミルク フルーツサンド
12金	牛乳 バナナ	ご飯 肉じゃが えんどうの澄まし汁 オレンジ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しらたき いんげん 干し椎茸 切干大根 ごぼう 舞茸 さやえんどう	ミルク ごまポッキー
13土	牛乳 菓子	親子丼 厚揚げのみそ汁 バナナ	鶏肉 卵 切干大根 こんにゃく 干し椎茸 玉ねぎ 人参 ねぎ 厚揚げ 大根 わかめ	牛乳 麩のラスク
15月	牛乳 菓子	ご飯 たら酢豚風 春雨のスープ プリン	たら 玉ねぎ 人参 ピーマン 切干大根 干し椎茸 春雨 大根 しめじ わかめ コーン ごま	ミルク チーズスコーン
16火	牛乳 菓子	ロールパン 豚肉のカレーピカタ サラダ スープ オレンジ 牛乳(きく組～)	豚肉 卵 チーズ 切干大根 きゅうり 人参 コーン かぼちゃ 玉ねぎ しめじ グリンピース	お茶 中華風おこわ
17水	牛乳 菓子	ご飯 ちくわの磯辺揚げ キャベツのゆかり和え じゃが芋のみそ汁 パイン	ちくわ キャベツ きゅうり 人参 切干大根 じゃが芋 玉ねぎ 油揚げ ねぎ	ミルク おからマドレーヌ
18木	牛乳 菓子	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き グリーンサラダ ミネストローネスープ ゼリー	鶏肉 きゅうり アスパラガス キャベツ 人参 チーズ ベーコン 玉ねぎ 大根 セロリ トマト	ミルク パンプディング
19金	牛乳 菓子	ご飯 さばの竜田揚げ 菜の花のごま和え 澄まし汁 バナナ	さば(たら) 菜の花 キャベツ 切干大根 ごま 人参 じゃが芋 しめじ 玉ねぎ ねぎ	ミルク たい焼き
20土	牛乳 菓子	スタミナ丼 コーンスープ チーズ	牛肉 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし 切干大根 キャベツ コーン 干し椎茸 卵 ねぎ	お茶 フルーチェ
22月	牛乳 菓子	ツナピラフ エビフライ スプリングサラダ いちご ゼリー	ツナ 玉ねぎ しめじ 人参 コーン グリンピース えび(鶏肉) 卵 キャベツ きゅうり はつか大根	カルピス 誕生日ケーキ
23火	牛乳 菓子	レーズンパン 豚肉のピザ焼き サラダ スープ オレンジ 牛乳(きく組～)	豚肉 玉ねぎ コーン チーズ キャベツ きゅうり 人参 りんご ハム 大豆 玉ねぎ えのき茸 いんげん	お茶 焼き豚ラーメン
24水	牛乳 バナナ	ご飯 マーボー豆腐 わかめスープ ヨーグルト	合挽肉 玉ねぎ 人参 ピーマン ひじき わかめ 大根 コーン ねぎ ごま	ミルク フルーツポンチ
25木	牛乳 菓子	ご飯 さばの味噌煮 金平ごぼう 五目汁 チーズ	さば(鮭) ごぼう ちくわ 人参 いんげん ごま こんにゃく 豆腐 大根 しめじ 油揚げ ねぎ	ミルク きな粉トースト
26金	牛乳 菓子	ご飯 鶏肉と大豆の香り揚げ スナックえんどう かぼちゃのみそ汁 パイン	鶏肉 大豆 玉ねぎ ごま スナックえんどう かぼちゃ 玉ねぎ 人参 切干大根 いんげん	ミルク チヂミ
27土	牛乳 菓子	ハヤシライス コーンサラダ バナナ	豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ じゃが芋 人参 セロリ 切干大根 グリンピース コーン キャベツ 小松菜	牛乳 苺ジャム蒸しパン