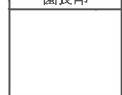


日付	献立	材 料 名				おやつ	カロリー
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	(〇は午後おやつ) 調味料		
03月	ミートスパゲティ キャベツのごまマヨネーズ和え かぶのスープ グレープフルーツ	〇米、スパゲティ、マヨネーズ、米粉、砂糖、油、ごま、 〇ごま油	豚ひき肉、〇しらす干し、 ベーコン	グレープフルーツ、かぶ、 キャベツ、たまねぎ、にんじん、 こまつな、〇こまつな	ケチャップ、ソース、しょうゆ、 塩、洋風だしの素、〇塩	青菜とじゃこおにぎり	475kcal
04火	ごはん さばのみそ煮 チンゲン菜のおかか和え すまし汁 パナナ	米、〇小麦粉、じゃがいも、 〇砂糖、〇油、砂糖	さば、みそ、かつお節	バナナ、チンゲンサイ、にんじん、 しめじ、ねぎ、しょうが、 〇ココア	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	ココア蒸しパン	478kcal
05水	ごはん 豚肉と玉ねぎのカレー炒め 小松菜のごま和え みそ汁 オレンジ	米、さつまいも、〇じゃがいも、 〇油、〇片栗粉、油、ごま、 片栗粉、砂糖	〇豆乳、豚肉、みそ、〇ゼラチン	オレンジ、こまつな、たまねぎ、 はくさい、にんじん、ピーマン、 コーン、〇あおのり	だし汁、しょうゆ、塩、カレー粉、 〇塩	のりしおポテト	474kcal
06木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ピーマンの佃煮 麩のすまし汁 りんご	米、油、砂糖、麩、ごま油、 〇砂糖	さけ、みそ、かつお節、〇豆乳、 〇ゼラチン	りんご、キャベツ、ピーマン、 ほうれんそう、にんじん、しめじ、 しいたけ、〇いちごジャム	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	豆乳プリン	476kcal
07金	ごはん 鶏肉の照り焼き ほうれん草のごま和え 豆腐みそ汁 パナナ	米、〇食パン、ごま、砂糖	鶏肉、豆腐、みそ	バナナ、ほうれんそう、だいこん、 〇マーマレード、にんじん、 なめこ、わかめ、しょうが	だし汁、しょうゆ、みりん	ジャムサンド	477kcal
11火	ごはん さんまのかば焼き きゅうりの昆布和え みそ汁 パナナ	米、〇小麦粉、片栗粉、油、 砂糖、〇砂糖、ごま油	さんま、〇こしあん、みそ	バナナ、きゅうり、かぼちゃ、 にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、 塩こんぶ、こまつな、 しょうが	だし汁、しょうゆ、みりん、 〇塩	あんまん	480kcal
12水	食パン チキンのトマト煮 コールスローサラダ 白菜のスープ オレンジ	食パン、〇米、〇さといも、 マヨネーズ、砂糖、〇ごま、 油	鶏肉、〇しらす干し、ハム	オレンジ、はくさい、キャベツ、 ホールトマト、たまねぎ、 きゅうり、にんじん、にんにく、 しょうが、〇わかめ	中華だしの素、洋風だしの素、 酢、〇しょうゆ、しょうゆ、 塩、〇塩	さといもごはん	473kcal
13木	ごはん さわらの西京焼き 小松菜の煮浸し すまし汁 りんご	米、〇ホットケーキミックス、 じゃがいも、〇油、砂糖	さわら、〇牛乳、油揚げ、みそ	りんご、こまつな、しいたけ、 にんじん、〇にんじん、 ほうれんそう、ねぎ、しょうが	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	野菜マールケーキ	478kcal
14金	鶏そぼろ丼 切り干し大根の旨煮 すまし汁 バナナ	米、〇コーンフレーク、片栗粉、 油、砂糖	鶏ひき肉、みそ	バナナ、はくさい、切り干しだいこん、 にんじん、たまねぎ、 えのきたけ、チンゲンサイ、 ねぎ	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	コーンフレーク	
17月	さつまいもごはん ぶりの照り焼き チンゲン菜の和え物 みそ汁 グレープフルーツ	米、〇ホットケーキミックス、 さつまいも、〇油、砂糖、 〇砂糖、〇粉糖	ぶり、〇豆腐、みそ、しらす干し	グレープフルーツ、チンゲンサイ、 だいこん、にんじん、しめじ	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	豆腐ドーナツ	477kcal
18火	ごはん 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のおかか和え みそ汁 パナナ	〇焼きそばめん、米、じゃがいも、 〇油、油	豚肉、〇豚肉、みそ、かつお節	バナナ、ほうれんそう、キャベツ、 〇こまつな、〇キャベツ、 たまねぎ、にんじん、 〇もやし、〇にんじん、 コーン、しょうが	だし汁、しょうゆ、 〇洋風だしの素、 〇塩、〇こしょう	塩焼きそば	477kcal
19水	チキンカレー ブロッコリーのごまサラダ にらとエノキのスープ オレンジ	〇さつまいも、米、じゃがいも、 〇片栗粉、米粉、〇砂糖、 マヨネーズ、油、〇油、 ごま	鶏肉	オレンジ、ブロッコリー、 にんじん、たまねぎ、えのきたけ、 トマトジュース、にら、 しょうが、にんにく	だし汁、ソース、 〇本みりん、 〇しょうゆ、 しょうゆ、中華だしの素、 みりん、塩、 カレー粉	さつまいももち	476kcal
20木	きのこごはん 鮭のパン焼き ピーマンのツナ和え みそ汁 柿	米、〇小麦粉、さつまいも、 〇片栗粉、〇油、〇砂糖、 ねりごま、〇ごま、砂糖、 パン粉	さけ、みそ、ツナ缶	かき、はくさい、にんじん、 ピーマン、しめじ、しいたけ、 えのきたけ、ねぎ	だし汁、しょうゆ、酢、塩、 〇塩、パセリ粉	ごまスティック	478kcal
21金	ごはん ハンバーグ 小松菜とコーンの和え物 すまし汁 パナナ	米、〇ホットケーキミックス、 〇砂糖、油、砂糖、片栗粉	豚ひき肉、〇ヨーグルト、 〇クリームチーズ、 〇牛乳	バナナ、こまつな、だいこん、 にんじん、れんこん、 たまねぎ、ねぎ、 コーン	だし汁、しょうゆ、塩	チーズマフィン	476kcal
24月	ごはん 鶏肉の香味焼き きゅうりとささみのごまサラダ みそ汁 グレープフルーツ	〇食パン、米、さといも、 マヨネーズ、ごま、油、砂糖	鶏肉、ささ身、〇しらす干し、 みそ	グレープフルーツ、きゅうり、 こまつな、にんじん、 ねぎ、にんにく、 〇あおのり	だし汁、しょうゆ、酢	じゃこマトースト	480kcal
25火	ごはん ツナのロコケ ほうれん草の白和え 麩のすまし汁 りんご	米、じゃがいも、パン粉、 〇片栗粉、小麦粉、 〇砂糖、ねりごま、 油、片栗粉、麩、 砂糖	〇牛乳、ツナ缶、豆腐、 〇きな粉	りんご、ほうれんそう、 にんじん、えのきたけ、 ねぎ	だし汁、しょうゆ、塩	牛乳もち	479kcal
26水	きつねうどん 豚肉のマーマレード焼き 白菜の昆布和え バナナ	うどん、〇米、砂糖、 〇ごま油、油、 〇砂糖、ごま油	豚肉、油揚げ	バナナ、はくさい、 たまねぎ、ねぎ、 〇にんじん、 にんじん、 〇こぼう、 マーマレード、 塩こんぶ	だし汁、しょうゆ、みりん、 〇しょうゆ、 〇みりん、塩	きんぴらおにぎり	479kcal
27木	ごはん さばのりんごソースかけ チンゲン菜の煮浸し みそ汁 オレンジ	米、〇そうめん、砂糖	さば、みそ	オレンジ、チンゲンサイ、 かぶ、りんご、しめじ、 〇ほうれんそう、 〇えのきたけ、 〇ねぎ、 〇にんじん、 にんじん、 たまねぎ、 わかめ、 しょうが	だし汁、 〇だし汁、 〇しょうゆ、 しょうゆ、 〇みりん、 酢、 みりん、 〇塩、 塩	温そうめん	477kcal
28金	ごはん 肉豆腐 キャベツの磯和え みそ汁 パナナ	米、〇小麦粉、 〇砂糖、砂糖、 ごま	豆腐、豚ひき肉、 〇バター、 みそ	バナナ、キャベツ、 にんじん、 たまねぎ、 ねぎ、 切り干しだいこん、 えのきたけ、 わかめ、 しょうが、 あおのり	だし汁、しょうゆ、みりん	クッキー	477kcal
31月	おぼけのハヤシライス ブロッコリーの三色サラダ マカロニスープ 柿	米、〇ぎょうざの皮、 〇砂糖、 〇油、マヨネーズ、 マカロニ、 小麦粉、油、 砂糖	豚肉、ベーコン	かき、たまねぎ、 ブロッコリー、 にんじん、 〇かぼちゃ、 キャベツ、 トマトピューレ、 コーン、 えのきたけ	ケチャップ、ソース、 洋風だしの素、 塩、 こしょう	かぼちゃパイ	479kcal

※仕入れの都合上、メニューを変更する場合がございます。ご了承ください。  
※献立に使用されている食材で食べたことのないものはご家庭で試してください。



園長印



日付	献立	材 料 名			(Oは午後おやつ)	おやつ	カロリー
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
03月	ミートスパゲティ キャベツのごまマヨネーズ和え かぶのスープ グレープフルーツ	○米、スパゲティ、マヨネーズ、米粉、砂糖、油、ごま、○ごま油	豚ひき肉、○しらす干し、ベーコン	グレープフルーツ、かぶ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、○こまつな	ケチャップ、ソース、しょうゆ、塩、洋風だしの素、○塩	青菜とじゃこおにぎり	475kcal
04火	ごはん さばのみそ煮 チンゲン菜のおかか和え すまし汁 バナナ	米、○小麦粉、じゃがいも、○砂糖、○油、砂糖	さば、みそ、かつお節	バナナ、チンゲンサイ、にんじん、しめじ、ねぎ、しょうが、○ココア	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	ココア蒸しパン	478kcal
05水	ごはん 豚肉と玉ねぎのカレー炒め 小松菜のごま和え みそ汁 オレンジ	米、さつまいも、○じゃがいも、油、ごま、片栗粉、砂糖	豚肉、みそ	オレンジ、こまつな、たまねぎ、はくさい、にんじん、ピーマン、コーン、○あおのり	だし汁、しょうゆ、塩、カレー粉、○塩	粉ふき芋	474kcal
06木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ピーマンの佃煮 鮭のすまし汁 りんご	米、油、砂糖、麩、ごま油、○砂糖	さけ、みそ、かつお節、○豆乳、○ゼラチン	りんご、キャベツ、ピーマン、ほうれんそう、にんじん、しめじ、しいたけ、○いちごジャム	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	豆乳プリン	476kcal
07金	ごはん 鶏肉の照り焼き ほうれん草のごま和え 豆腐みそ汁 バナナ	米、○食パン、ごま、砂糖	鶏肉、豆腐、みそ	バナナ、ほうれんそう、だいたいこん、○マーレード、にんじん、なめこ、わかめ、しょうが	だし汁、しょうゆ、みりん	ジャムサンド	477kcal
11火	ごはん さんまの塩焼き きゅうりの昆布和え みそ汁 バナナ	米、○小麦粉、○砂糖、ごま油	さんま、○こしあん、みそ	バナナ、きゅうり、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、塩こんぶ、こまつな、しょうが	塩、だし汁、○塩	あんまん	480kcal
12水	食パン チキンのトマト煮 コールスローサラダ 白菜のスープ オレンジ	食パン、○米、○さといも、マヨネーズ、砂糖、○ごま、油	鶏肉、○しらす干し、ハム	オレンジ、はくさい、キャベツ、ホーランドトマト、たまねぎ、きゅうり、にんじん、にんにく、しょうが、○わかめ	中華だしの素、洋風だしの素、酢、○しょうゆ、しょうゆ、塩、○塩	さといもごはん	473kcal
13木	ごはん さわらの西京焼き 小松菜の煮浸し すまし汁 りんご	米、○ホットケーキミックス、じゃがいも、○油、砂糖	さわら、○牛乳、油揚げ、みそ	りんご、こまつな、しいたけ、にんじん、○にんじん、○ほうれんそう、ねぎ、しょうが	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	野菜マーブルケーキ	478kcal
14金	鶏そぼろ丼 切り干し大根の旨煮 すまし汁 バナナ	米、○コーンフレーク、片栗粉、油、砂糖	鶏ひき肉、みそ	バナナ、はくさい、切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、チンゲンサイ、ねぎ	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	コーンフレーク	
17月	さつまいも芋ごはん ぶりの照り焼き チンゲン菜の和え物 みそ汁 グレープフルーツ	米、○米粉、さつまいも、○油、砂糖、○砂糖	ぶり、○豆腐、みそ、しらす干し	グレープフルーツ、チンゲンサイ、だいたいこん、にんじん、しめじ	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	米粉の豆腐パンケーキ	477kcal
18火	ごはん 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のおかか和え みそ汁 バナナ	○焼きそばめん、米、じゃがいも、○油、油	豚肉、○豚肉、みそ、かつお節	バナナ、ほうれんそう、キャベツ、○こまつな、○キャベツ、たまねぎ、にんじん、○もやし、○にんじん、コーン、しょうが	だし汁、しょうゆ、○洋風だしの素、○塩、○こしょう	塩焼きそば	477kcal
19水	チキンカレー ブロッコリーのごまサラダ にらとエノキのスープ オレンジ	○さつまいも、米、じゃがいも、○片栗粉、米粉、○砂糖、マヨネーズ、油、○油、ごま	鶏肉	オレンジ、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、トマトジュース、にら、しょうが、にんにく	だし汁、ソース、○本みりん、○しょうゆ、しょうゆ、中華だしの素、みりん、塩、カレー粉	さつまいももち	476kcal
20木	きのこごはん 鮭のパン粉焼き ピーマンのツナ和え みそ汁 柿	米、○小麦粉、さつまいも、○片栗粉、○油、○砂糖、ねりごま、○ごま、砂糖、パン粉	さけ、みそ、ツナ缶	かき、はくさい、にんじん、ピーマン、しめじ、しいたけ、えのきたけ、ねぎ	だし汁、しょうゆ、酢、塩、○塩、パセリ粉	ごまスティック	478kcal
21金	ごはん ハンバーグ 小松菜とコーンの和え物 すまし汁 バナナ	米、○ホットケーキミックス、○砂糖、油、砂糖、片栗粉	豚ひき肉、○ヨーグルト、○クリームチーズ、○牛乳	バナナ、こまつな、だいたいこん、にんじん、れんこん、たまねぎ、ねぎ、コーン	だし汁、しょうゆ、塩	チーズマフィン	476kcal
24月	ごはん 鶏肉の香味焼き きゅうりとささみのごまサラダ みそ汁 グレープフルーツ	○食パン、米、さといも、○マヨネーズ、ごま、油、砂糖	鶏肉、ささ身、○しらす干し、みそ	グレープフルーツ、きゅうり、こまつな、にんじん、ねぎ、にんにく、○あおのり	だし汁、しょうゆ、酢	じゃこマヨトースト	480kcal
25火	ごはん ツナ入りマッシュポテト ほうれん草の白和え 鮭のすまし汁 りんご	米、じゃがいも、○片栗粉、○砂糖、ねりごま、麩、砂糖	○牛乳、ツナ缶、豆腐、○きな粉	りんご、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、ねぎ	だし汁、しょうゆ、塩	牛乳もち	479kcal
26水	きつねうどん 豚肉のマーレード焼き 白菜の昆布和え バナナ	うどん、○米、砂糖、○ごま油、油、○砂糖、ごま油	豚肉、油揚げ	バナナ、はくさい、たまねぎ、ねぎ、○にんじん、にんじん、○ごぼう、マーレード、塩こんぶ	だし汁、しょうゆ、みりん、○しょうゆ、○みりん、塩	きんぴらおにぎり	479kcal
27木	ごはん さばのりんごソースかけ チンゲン菜の煮浸し みそ汁 オレンジ	米、○そうめん、砂糖	さば、みそ	オレンジ、チンゲンサイ、かぶりんご、しめじ、○ほうれんそう、○えのきたけ、○ねぎ、○にんじん、にんじん、たまねぎ、わかめ、しょうが	だし汁、○だし汁、○しょうゆ、しょうゆ、○みりん、酢、みりん、○塩、塩	温そうめん	477kcal
28金	ごはん 肉豆腐 キャベツの磯和え みそ汁 バナナ	米、○小麦粉、○砂糖、砂糖、ごま	豆腐、豚ひき肉、○バター、みそ	バナナ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、切り干しだいこん、えのきたけ、わかめ、しょうが、あおのり	だし汁、しょうゆ、みりん	クッキー	477kcal
31月	おぼけのハヤシライス ブロッコリーの三色サラダ マカロニスープ 柿	米、○ぎょうざの皮、○砂糖、マヨネーズ、マカロニ、小麦粉、油、砂糖	豚肉、ベーコン	かき、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、○かぼちゃ、キャベツ、トマトピューレ、コーン、えのきたけ	ケチャップ、ソース、洋風だしの素、塩、こしょう	かぼちゃパイ	479kcal

※仕入れの都合上、メニューを変更する場合がございます。ご了承ください。  
 ※献立に使用されてる食材で食べたことのないものはご家庭で試してください。



園長印



後期食

10月のこんだて

2022年10月分  
ほけっとランド北添羽

	3	4	5	6	7	8
	月	火	水	木	金	土
屋敷	野菜うどん 鶏肉と玉ねぎ煮 キャベツのトロトロ煮	おかゆ 白身魚のほぐし煮 青菜のおかか煮 すまし汁 パナナ	おかゆ 鶏肉とにんじん煮 小松菜の煮浸し みそ汁	おかゆ 鮭のほぐし煮 キャベツとにんじん煮 すまし汁 りんご	おかゆ ささみのほぐし煮 ほうれん草の煮浸し 豆腐みそ汁 パナナ	
食材	干しうどん・にんじん・小松菜・かぶ・鶏むき肉・玉ねぎ・キャベツ	ごはん・かれい・チンゲン菜・かつお節・じゃがいも・にんじん・しめじ・パナナ	ごはん・鶏むき肉・にんじん・小松菜・白菜・さつまいも・玉ねぎ	ごはん・鮭・キャベツ・にんじん・しめじ・ほうれん草・しいたけ・りんご	ごはん・ささみ・ほうれん草・豆腐・にんじん・大根・わかめ・パナナ	
おやつ	しらすかゆ	米粉のココア蒸しパン	粉ふき芋	ヨーグルト	食パン	
食材	ごはん・しらす	米粉・ココア	じゃがいも・膏のり	ヨーグルト	食パン	
屋敷	10	11	12	13	14	15
屋敷	<p style="text-align: center;"><b>スポーツの日</b></p>	おかゆ 白身魚のミルク煮 きゅうりのトロトロ煮 みそ汁 パナナ	食パン ささみのトマト煮 キャベツのトロトロ煮 白菜のスープ	おかゆ 鮭のほぐし煮 小松菜の煮浸し すまし汁 りんご	おかゆ 鶏肉と玉ねぎ煮 青菜とにんじん煮 すまし汁 パナナ	<p>土曜日の献立は、連絡ノートにてお知らせします。</p>
食材		ごはん・かれい・粉ミルク・きゅうり・にんじん・かぼちゃ・小松菜・パナナ	食パン・ささみ・トマト・キャベツ・白菜・にんじん・玉ねぎ・えのき	ごはん・鮭・小松菜・じゃがいも・しいたけ・にんじん・ほうれん草・りんご	ごはん・鶏むき肉・玉ねぎ・チンゲン菜・にんじん・白菜・えのき・パナナ	
おやつ		きな粉がゆ	おかかかゆ	米粉の豆乳/パンケーキ	ヨーグルト	
食材		ごはん・きな粉	ごはん・かつお節	米粉・豆乳	ヨーグルト	
屋敷	17	18	19	20	21	22
屋敷	さつまいもがゆ 白身魚のほぐし煮 青菜としらす煮 みそ汁	おかゆ 鶏肉と玉ねぎ煮 ほうれん草のおかか煮 みそ汁 パナナ	おかゆ 肉じゃが風 ブロッコリー煮 スープ	にんじんがゆ 鮭のミルク煮 キャベツとにんじん煮 みそ汁 柿	おかゆ 鶏肉と玉ねぎ煮 小松菜の煮浸し すまし汁 パナナ	
食材	ごはん・さつまいも・かれい・チンゲン菜・しらす干し・大根・にんじん・しめじ	ごはん・鶏むき肉・玉ねぎ・ほうれん草・かつお節・じゃがいも・キャベツ・にんじん・パナナ	ごはん・鶏むき肉・じゃがいも・にんじん・ブロッコリー・玉ねぎ・えのき・わかめ	ごはん・にんじん・鮭・粉ミルク・キャベツ・白菜・しめじ・さつまいも・柿	ごはん・鶏むき肉・玉ねぎ・小松菜・にんじん・大根・わかめ・パナナ	
おやつ	米粉の豆腐/パンケーキ	膏のりがゆ	さつまいものマッシュ	パナナ	米粉の豆乳マフィン	
食材	米粉・豆腐	ごはん・膏のり	さつまいも	パナナ	米粉・豆乳	
屋敷	24	25	26	27	28	29
屋敷	おかゆ ささみのミルク煮 きゅうりのトロトロ煮 みそ汁	おかゆ じゃがいもとツナの煮物 ほうれん草の煮浸し すまし汁 りんご	野菜うどん 鶏肉と玉ねぎ煮 青菜の煮浸し パナナ	おかゆ 白身魚のほぐし煮 青菜とにんじん煮 みそ汁	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 キャベツの磯煮 みそ汁 パナナ	
食材	ごはん・ささみ・粉ミルク・きゅうり・にんじん・さといも・小松菜	ごはん・じゃがいも・ツナ・ほうれん草・にんじん・えのき・豆腐・りんご	干しうどん・にんじん・ほうれん草・鶏むき肉・玉ねぎ・白菜・パナナ	ごはん・かれい・チンゲン菜・にんじん・かぶ・しめじ・わかめ・玉ねぎ	ごはん・豆腐・鶏むき肉・キャベツ・膏のり・玉ねぎ・にんじん・えのき・パナナ	
おやつ	食パン	米粉のきな粉/パンケーキ	おかかかゆ	膏のりがゆ	米粉のココア/パンケーキ	
食材	食パン	米粉・きな粉	ごはん・かつお節	ごはん・膏のり	米粉・ココア	
屋敷	31	<p style="text-align: center;">☆☆お願い☆☆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・献立に使用されている食材で、まだ食べたことのない食材がありましたら、事前にご家庭で食べられるかどうかの確認をお願い致します。</li> <li>・仕入れの都合上、メニューを変更することがあります。ご了承下さい。</li> <li>・離乳食に関しては、月齢・成長に合わせて、屋敷の材料より取り分け、提供致します。</li> </ul>				
食材	ごはん・鶏むき肉・玉ねぎ・にんじん・ブロッコリー・キャベツ・えのき・柿					
おやつ	米粉のかぼちゃ蒸しパン					
食材	米粉・かぼちゃ					

園長印

中期食

10月のこどもたち

2022年10月分  
ほげっとランド北浜羽

	3	4	5	6	7	8	
	月	火	水	木	金	土	
屋敷	野菜うどん 鶏肉と玉ねぎ煮 キャベツのトロトロ煮	おかゆ 白身魚のほくし煮 青菜のおかか煮 ずまし汁 パナナ	おかゆ 鶏肉とにんじん煮 小松菜の煮浸し みそ汁	おかゆ 鮭のほくし煮 キャベツとにんじん煮 ずまし汁 りんご	おかゆ ささみのほくし煮 ほうれん草の煮浸し 豆腐みそ汁 パナナ		
食材	干しうどん・にんじん・小松菜・かぶ・鶏ひき肉・玉ねぎ・キャベツ	ごはん・かれい・チンゲン菜・かつお節・じゃがいも・にんじん・しめじ・パナナ	ごはん・鶏ひき肉・にんじん・小松菜・白菜・さつまいも・玉ねぎ	ごはん・鮭・キャベツ・にんじん・しめじ・ほうれん草・しいたけ・りんご	ごはん・ささみ・ほうれん草・豆腐・にんじん・大根・わかめ・パナナ		
おやつ							
食材							
屋敷	10	11	12	13	14	15	
食材	<b>スポーツの日</b>						土曜日の献立は、連絡ノートにてお知らせします。
おやつ							
食材							
屋敷	さつまいもかゆ 白身魚のほくし煮 青菜としらす煮 みそ汁	おかゆ 鶏肉と玉ねぎ煮 ほうれん草のおかか煮 みそ汁 パナナ	パンかゆ ささみのトマト煮 キャベツのトロトロ煮 白菜のスープ	おかゆ 鮭のほくし煮 小松菜の煮浸し ずまし汁 りんご	おかゆ 鶏肉と玉ねぎ煮 青菜とにんじん煮 ずまし汁 パナナ		
食材	ごはん・さつまいも・かれい・チンゲン菜・しらす干し・大根・にんじん・しめじ	ごはん・鶏ひき肉・玉ねぎ・ほうれん草・かつお節・じゃがいも・キャベツ・にんじん・パナナ	ごはん・ささみ・トマト・キャベツ・白菜・にんじん・玉ねぎ・えのき	ごはん・鮭・小松菜・じゃがいも・しいたけ・にんじん・ほうれん草・りんご	ごはん・鶏ひき肉・玉ねぎ・チンゲン菜・にんじん・白菜・えのき・パナナ		
おやつ							
食材							
屋敷	24	25	26	27	28	29	
食材	ごはん・ささみ・粉ミルク・きゅうり・にんじん・さといも・小松菜	ごはん・じゃがいも・ツナ・ほうれん草・にんじん・えのき・豆腐・りんご	干しうどん・にんじん・ほうれん草・鶏ひき肉・玉ねぎ・白菜・パナナ	ごはん・かれい・チンゲン菜・にんじん・かぶ・しめじ・わかめ・玉ねぎ	ごはん・豆腐・鶏ひき肉・キャベツ・糠のり・玉ねぎ・にんじん・えのき・パナナ		
おやつ							
食材							
屋敷	31	☆★お願い★☆ ・献立に使用されている食材で、まだ食べたことのない食材がありましたら、事前にご家庭で食べられるかどうかの確認をお願い致します。 ・仕入れの都合上、メニューを変更することがあります。ご了承下さい。 ・離乳食に関しては、月齢・成長に合わせて、屋敷の材料より取り分け、提供致します。					
食材	ごはん・鶏ひき肉・玉ねぎ・にんじん・ブロッコリー・キャベツ・えのき・肉						
おやつ							
食材							

園長印