



日曜日	主食	主菜/副菜	主な食材
1 火	パン粥	ソテー 甘煮 スープ	米粉パン 牛乳 カレイ バター 人参 白菜 玉葱
2 水	うどん	ミルク煮 果物	米粉麺 豚肉 長葱 わかめ じゃが芋 牛乳 果物
3 木	文化の日		
4 金	全粥	鶏そぼろ きんぴら 味噌汁	米 鶏肉 大根 人参 サラダ油 わかめ 玉葱
7 月	全粥	煮奴 煮浸し 味噌汁	米 豆腐 キャベツ しらす 小松菜 大根
8 火	パン粥	ミートボールケチャップ煮 ポテトサラダ スープ	米粉パン 牛乳 鶏肉 豆腐 玉葱 ケチャップ じゃが芋 人参 アレルギー用マヨネーズ かぶ かぶの葉
9 水	ケチャップライス	ソテー スイートポテトサラダ スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 ほうれんそう サラダ油 さつま芋 人参 アレルギー用マヨネーズ キャベツ トマト
10 木	全粥	すきやき風煮物 ソテー わかめ汁	米 豚肉 玉葱 白菜 人参 ほうれんそう サラダ油 わかめ 長葱
11 金	うどん	きんぴら 果物	米粉麺 豚肉 長葱 わかめ 大根 人参 果物
14 月	全粥	納豆 じゃが芋とひき肉の煮物 すまし汁	米 納豆 じゃが芋 玉葱 人参 豚肉 わかめ 長葱
15 火	パン粥	ミートボールケチャップ煮 甘煮 スープ	米粉パン 牛乳 鶏肉 豆腐 玉葱 ケチャップ 人参 キャベツ
16 水	全粥	炒り豆腐 煮物 味噌汁 果物	米 豆腐 玉葱 人参 大根 白菜 わかめ 味噌
17 木	全粥	煮魚 甘煮 味噌汁	米 カレイ さつま芋 人参 豆腐 長葱 わかめ
18 金	うどん	ソテー 果物	米粉うどん 鶏肉 玉葱 わかめ ほうれんそう サラダ油 果物
21 月	全粥	煮奴 甘煮 味噌汁	米 豆腐 人参 わかめ 玉葱
22 火	パン粥	クリームシチュー サラダ 果物	米粉パン 牛乳 シチュールウ(小麦不使用) じゃが芋 人参 玉葱 ブロッコリー ドレッシング
23 水	勤労感謝の日		
24 木	全粥	炒り豆腐 ほうれんそうとジャコの磯和え 味噌汁	米 豆腐 玉葱 人参 サラダ油 ほうれんそう しらす干し のり佃煮 わかめ 味噌
25 金	全粥	煮奴 肉じゃが 果物	米 豆腐 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 果物
28 月	全粥	煮魚 きんぴら 味噌汁	米 カレイ 人参 大根 サラダ油 わかめ 豆腐
29 火	パン粥	ポトフ サラダ 果物	米粉パン 牛乳 鶏肉 豆腐 玉葱 じゃが芋 人参 キャベツ ドレッシング 果物
30 水	チキンライス	スープ さつま芋のポタージュ 果物	米 玉葱 人参 鶏肉 ケチャップ 大根 さつま芋 バター 牛乳 果物

祝日 & 保育園行事

- 3日(木)・・・文化の日
- 23日(水)・・・勤労感謝の日
- 献立は仕入れの都合により変更することがあります

