

日・曜	献立名	主な材料とその働き			午後のおやつ
		主に体をつくるものとなるもの 赤の仲間 (牛乳、魚、肉、卵、大豆製品、海藻)	主に体の調子を整えるものとなるもの 緑の仲間 (野菜、果物、きのこ)	主にエネルギーのもととなるもの 黄の仲間 (穀類、いも類、砂糖、油脂、種実)	
1水	委託弁当 ごはん 野菜と雑穀のふりかけ ハンバーグ マッシュポテト 小松菜ソテー パインシロップ煮	牛乳 ハンバーグ まぐろ油漬け	野菜と雑穀のふりかけ ミックスベジタブル キャベツ、小松菜 パイン	ごはん さとう マッシュポテト	ミニ野菜スティック
2木	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ ミニメンチカツ 小松菜ベーコンソテー 白菜青じそ和え りんごブチケーキ	牛乳 ミニメンチカツ ベーコン	野菜ふりかけ 小松菜、キャベツ、にんじん 白菜、青じそ粉	ごはん 大豆油 サラダ油 青じそドレッシング りんごブチケーキ	全粒粉クラッカー
3金	委託弁当 ごはん 赤しそ粉 野菜コロッケ 大根と鶏の味噌煮 ツナサラダ ショコラブチケーキ	牛乳 鶏肉、みそ まぐろ油漬け	赤しそ粉 大根、にんじん キャベツ、きゅうり、とうもろこし	ごはん 野菜コロッケ、大豆油 さとう フレンチドレッシング ショコラブチケーキ	星のせんべい
4土	おにぎり弁当 一口チーズ 魚肉ソーセージ	牛乳 ポークウインナー チーズ 魚肉ソーセージ		おにぎり	
6月	委託弁当 ごはん 赤しそ粉 照焼ソースハンバーグ ジャーマンポテト キャベツ赤しそ和え ホワイトゼリー	牛乳 ハンバーグ 豚肉	赤しそ粉 ミックスベジタブル、たまねぎ キャベツ、ほうれん草、赤しそ粉	ごはん 照焼ソース じゃがいも、サラダ油 ホワイトゼリー	おから入り揚げあられ
7火	炊き込みごはん(センター炊飯) ミニゼリー(りんご) 豆腐のすまし汁 大根と鶏肉の煮物	牛乳 豆腐、かまぼこ 鶏肉、昆布	にんじん、こんにゃく、しめじ、ごぼう、干しいたけ にんじん、ほうれん草、干しいたけ 大根、にんじん、えだまめ、しょうが	米、さとう、米油 ミニゼリー(りんご) さとう、でんぷん、米油	おむすびのせんべい
8水	中華おこわ(センター炊飯) チンゲン菜スープ しゅうまい	牛乳 豚肉 鶏肉 しゅうまい	にんじん、えだまめ、干しいたけ チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ	米、もち米、さとう、米油 米油	カルテツおさかなサブレ 野菜&果物ジュース
9木	ロールパン 一口チーズ コーンスープ チキンサラダ ハンバーグのトマトソースがけ	牛乳 チーズ 豆乳、ベーコン ささみ ハンバーグ	とうもろこし、たまねぎ、にんじん、パセリ キャベツ、きゅうり、にんじん たまねぎ	ロールパン でんぷん、米油 さとう、米油 さとう、米油	ミニどうぶつビスケット
10金	切干大根の混ぜご飯(センター炊飯) 生揚げのみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮	牛乳 鶏肉 生揚げ、みそ 豚肉	にんじん、ごぼう、切干大根 大根、にんじん、しめじ、ねぎ たまねぎ、いんげん、干しいたけ	米、さとう、米油 じゃがいも、米油、さとう	ぶどうゼリー
11土	おにぎり弁当 型抜きチーズ オレンジ	牛乳 ポークウインナー チーズ	オレンジ	おにぎり	
13月	ひじきごはん(センター炊飯) そうめん汁 大豆入りナゲット	牛乳 鶏肉、ひじき 豚肉、かまぼこ 愛知の大豆入りナゲット	にんじん、こんにゃく、しめじ、えだまめ にんじん、ほうれん草、干しいたけ	米、さとう、米油 そうめん、米油 米油	スイートポテト
14火	チキンライス(センター炊飯) ポトフ あじフリッター	牛乳 鶏肉 ウインナー あじフリッター	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース たまねぎ、キャベツ、にんじん、セロリ	アルファ化米、さとう、米油 じゃがいも、米油	カルテツスティック
15水	ごはん 肉豆腐 いんげんの和え物 ささみカツ	牛乳 焼き豆腐、豚肉 ささみフライ	たまねぎ、えのきたけ、にんじん、干しいたけ いんげん、にんじん	ごはん さとう、米油 さとう 米油、さとう	みかんゼリー
16木	白玉うどん 五目うどん 磯香和え だし巻き卵	牛乳 鶏肉、かまぼこ、油揚げ ささみのり だし巻きたまご	はくさい、にんじん、ねぎ、干しいたけ ほうれん草、キャベツ、にんじん	うどん でんぷん、米油 さとう	ミニミレービスケット
17金	ごはん 型抜きチーズ 肉じゃが 即席漬け ごぼう入りつくね	牛乳 チーズ 豚肉	たまねぎ、にんじん、いんげん、こんにゃく きゅうり、千切り大根漬 ごぼう入りつくね	ごはん じゃがいも、さとう、米油 ごま	りんごのタルト
18土	ツナパン 一口チーズ オレンジ	白桃 豆乳 チーズ	オレンジ	パン、マヨネーズ	
20月	ごはん けんちん汁 にじいろサラダ 肉みそひじき丼	牛乳 豆腐 ハム、塩昆布、かつおぶし 豚肉、みそ、ひじき	大根、にんじん、ごぼう、ねぎ、干しいたけ キャベツ、きゅうり、とうもろこし、にんじん たまねぎ、にんじん、しょうが	ごはん でんぷん、米油 さとう、米油 さとう、米油、でんぷん	お祝いデザート
21火	ごはん(各園炊飯) 米粉のチキンカレー ごぼうサラダ ゼリー和え	牛乳 鶏肉	たまねぎ、にんじん ごぼう、大根、きゅうり、とうもろこし、にんじん 黄桃、蒲郡みかんゼリー、パイン	米 じゃがいも、米油 さとう、米油	ヨーグルト
22水	ごはん じゃがいもののっぺい汁 赤しそ和え 高野豆腐の煮物	牛乳 かまぼこ 鶏肉、ちくわ、高野豆腐	にんじん、こんにゃく、ねぎ、干しいたけ キャベツ、きゅうり、赤しそ粉 にんじん、いんげん、干しいたけ	ごはん じゃがいも、でんぷん、米油 さとう、米油	畑のクラッカー 発酵乳65ml
23木	スライスパン いちごジャム パンネのトマト煮 アスパラソテー オレンジ	牛乳 豚肉、豚レバー ハム	いちごジャム たまねぎ、にんじん、トマト、グリーンピース グリーンアスパラガス、にんじん、とうもろこし オレンジ	スライスパン パンネ、さとう、オリーブ油 米油	カリボテミニ
24金	ごはん マーボー豆腐 中華サラダ 鶏肉の南蛮だれ	牛乳 豆腐、豚肉、みそ まぐろ油漬け 鶏肉	ねぎ、にら キャベツ、きゅうり、にんじん にんじん、たまねぎ	ごはん さとう、でんぷん、米油 ごま油 さとう、でんぷん	一口しょうゆせんべい
25土	おにぎり弁当 一口チーズ 魚肉ソーセージ	牛乳 ポークウインナー チーズ 魚肉ソーセージ		おにぎり	
27月	ごはん 中華飯 パンパンジー 小籠包	牛乳 豚肉 ささみ	はくさい、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、干しいたけ もやし、きゅうり、にんじん 小籠包	ごはん でんぷん、米油 さとう、ごま、ごま油	ベジタブルせんべい 野菜&果物ジュース
28火	ごはん(各園炊飯) 吉野汁 そぼろごはん いわしの煮つけ	牛乳 生揚げ、鶏肉 鶏肉 いわし煮つけ	大根、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、グリーンピース	米 でんぷん、米油 さとう、米油	ピーチゼリー
30木	たけのこごはん 一口チーズ 沢煮焼 和風コロッケ	牛乳 鶏肉、油揚げ チーズ 豆腐、豚肉、くきわかめ	たけのこ、にんじん 大根、にんじん、みつば	米、さとう、米油 米油 和風コロッケ、米油	お米のパパロア