

日	曜	未満児おやつ	行事	副食	体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)	おやつ	
1	水	牛乳 ハーベスト		タイピーエン 切干大根の炒め煮	豚肉・牛乳・卵 ちりめんじゃこ	南関あげ・ごま油 春雨・片栗粉・小麦粉 砂糖・バター	人参・玉ねぎ・白菜又はキャベツ きくらげ・切干大根・干し椎茸 バナナ	牛乳 バナナケーキ	
2	木	牛乳 小麦胚芽の クラッカー		高野豆腐のコロコロ煮 野菜のごま和え 果物	鶏肉・高野豆腐・牛乳 天平・生クリーム	じゃがいも・砂糖 いりごま	玉ねぎ・人参・いんげん・もやし きゅうり・キャベツ・ほうれん草 りんご オレンジジュース	牛乳 人参ゼリー	
3	金	牛乳 マリー ビスケット	英語教室	炒り豆腐 ドレッシングサラダ レバー甘煮	鶏肉・豆腐・牛乳 かまぼこ・鶏レバー	マヨネーズ・ごま油 胡麻ドレッシング サンド用食パン	キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参 小ねぎ・干し椎茸・キャベツ きゅうり・レタス・コーン缶	牛乳 ジャムサンド	
4	土	牛乳 白い風船		スパゲッティナポリタン トマトとじゃこの酢の物	ウインナー・牛乳 粉チーズ・しらす干し	スパゲティ麺 砂糖・カステラ	きゅうり・人参・トマト・玉ねぎ なす・しめじ・ピーマン・ワカメ トマト缶	牛乳 カステラ	
6	月	牛乳 ソフトせんべい		麻婆豆腐 ミモザサラダ	豚ひき肉・牛ひき肉 豆腐・赤味噌・牛乳 ちりめんじゃこ・卵	砂糖・ごま油・片栗粉 小麦粉・砂糖	人参・玉ねぎ・なす・ニラ 干し椎茸・トマト・きゅうり・ワカメ 生姜・ニンニク	牛乳 手作り クラッカー	
7	火	牛乳 魚肉ソーセージ		野菜の五目煮 野菜のツナ和え 果物	鶏肉・牛乳・大豆 天平・ツナ缶 スキムミルク	糸コンニャク・強力粉 黒砂糖	ごぼう・人参・いんげん・干し椎茸 だし昆布・きゅうり・キャベツ ほうれん草・レーズン・バナナ	牛乳 黒糖蒸しパン	
8	水	牛乳 プライム クラッカー	親子ふれあいDAY リハーサル	野菜の味噌炒め コロコロサラダ	豚肉・牛乳・味噌 プロセスチーズ ヨーグルト	マヨネーズ・じゃがいも	キャベツ・きゅうり・ピーマン 玉ねぎ・人参・なす・生姜 しめじ・りんご	麦茶 もみじ ヨーグルト	
9	木	牛乳 果物		魚のカレームニエル ブロッコリーとじゃこのサラダ 豆腐と白菜のみそ汁	魚・牛乳・いりこ・味噌 ちりめんじゃこ・豆腐 ピザ用チーズ	バター・小麦粉 食パン・マヨネーズ 油揚げ	ブロッコリー・玉ねぎ・人参 太秋柿・白菜・小ねぎ・ピーマン コーン缶	牛乳 ピザトースト	
10	金	牛乳 動物ビスケット	英語教室	簡単春巻 マロニーの酢の物 野菜スープ	ロースハム・チーズ 牛乳・マーガリン	春巻きの皮・餃子の皮 マロニー・砂糖・油 ミックス粉・さつまいも	ピーマン・エリンギ・きゅうり 人参・キャベツ・玉ねぎ・レーズン エノキ・コーン缶・大葉・白菜	牛乳 芋まんじゅう	
11	土	牛乳 せんべい		ちゃんぽん 海藻サラダ	豚肉・牛乳・かまぼこ	中華乾めん・砂糖 メロンパン	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし ねぎ・きゅうり・トマト・ワカメ	牛乳 ミニめろんぱん	
14	火	牛乳 果物	体操教室	松風焼き 野菜のおかか和え 南瓜の味噌汁	鶏ひき肉・卵 牛乳・いりこ・味噌 花かつお	パン粉・いりごま 油揚げ・小麦粉・砂糖	ねぎ・玉ねぎ・生姜・キャベツ きゅうり・人参・南瓜・エノキ 小ねぎ	牛乳 手作り 丸ポーロ	
15	水	牛乳 小麦胚芽の クラッカー		ポークハヤシライス スパゲッティサラダ	豚肉・牛乳 ツナ缶・きな粉	スパゲティ麺・じゃがいも マヨネーズ・片栗粉 黒砂糖	玉ねぎ・人参・しめじ・なす きゅうり・キャベツ	麦茶 牛乳もち	
16	木	牛乳 マリー ビスケット	移動図書 消毒	八宝菜 牛肉とごぼうの炒め煮 果物	豚肉・牛乳・すり身 牛肉	片栗粉・ごま油 バター・コーンフレーク マシュマロ・フルグラ	玉ねぎ・人参・白菜・チンゲン菜 きくらげ・ごぼう・りんご	牛乳 マシュマロ パー	
17	金	牛乳 プライム クラッカー	交通教室 交通指導	魚のマヨネーズ焼き 野菜のピーナッツ和え 白菜のみそ汁	魚・牛乳・粉チーズ いりこ・味噌 バターピーナッツ	マヨネーズ・砂糖 いりごま・さつまいも 油揚げ・油	きゅうり・キャベツ・もやし 白菜・人参・玉ねぎ・小ねぎ ほうれん草・エノキ	牛乳 ミックス かりんとう	
18	土	牛乳 ベビーチーズ	親子ふれあいDAY (0歳1歳児)	焼きそば きゅうりの即席漬け	豚肉・牛乳	焼きそば麺・砂糖	キャベツ・きゅうり・人参 ピーマン・玉ねぎ・もやし バナナ	牛乳 果物 せんべい	
20	月	牛乳 ハーベスト		豚肉の生姜焼き 野菜炒め 豆腐のみそ汁	豚肉・牛乳・豆腐 牛乳・いりこ・味噌 プロセスチーズ	春雨・片栗粉・油揚げ ミックス粉	玉ねぎ・人参・キャベツ・ニラ ピーマン・小松菜・生姜・エノキ 小ねぎ	牛乳 人参と チーズの蒸しパン	
21	火	牛乳 ソフトせんべい	体操教室	ポークカレー フレンチサラダ	豚肉・スキムミルク 牛乳・ロースハム	じゃがいも・砂糖 オリーブオイル さつまいも	玉ねぎ・人参・なす・トマト キャベツ・きゅうり・コーン缶	牛乳 ふかしいも	
22	水	牛乳 クラシカル クラッカー	誕生会	ワカメとゆかりのおにぎり 卵のコロッケ 付け合わせ 野菜スープ 果物	牛乳・卵 プロセスチーズ 生クリーム	米・小麦粉・パン粉 じゃがいも・マヨネーズ 油・シフォンケーキ	しめじ・えのき・人参・玉ねぎ レタス・トマト・きゅうり・白菜 コーン缶・みかん	牛乳 お誕生日 ケーキ	
23	木	牛乳 白い風船	消防訓練	魚の西京焼き きゅうりのごま酢和え かきたま汁	魚・卵・牛乳 米みそ・カニかま きな粉	いりごま・砂糖・片栗粉 黒砂糖	キャベツ・きゅうり・人参 玉ねぎ・エノキ・小ねぎ	牛乳 黒糖わらび餅	
24	金	牛乳 動物ビスケット	英語教室	鶏肉のから揚げ ポテトサラダ 玉ねぎのみそ汁	鶏肉・卵・牛乳 プロセスチーズ いりこ・味噌	油・片栗粉・小麦粉 じゃがいも・マヨネーズ サンド用食パン	きゅうり・人参・玉ねぎ・白菜 エノキ・小ねぎ・レタス・ニンニク 生姜・パイン缶	牛乳 パインの ボンファム	
25	土	牛乳 ギンビス アスパラガス		煮込みうどん もやしのナムル	鶏肉・牛乳・卵 竹輪・ヨーグルト	冷凍うどん・油あげ ごま油・クラッカー	白菜・玉ねぎ・人参・干し椎茸 ねぎ・きゅうり・もやし・キャベツ	ヨーグルト クラッカー	
27	月	牛乳 ばたばた焼き		栄養オムレツ マカロニサラダ コンソメスープ	ウインナー・牛乳・卵 クッキングチーズ	マカロニ・マヨネーズ 砂糖・バター	玉ねぎ・人参・ほうれん草・白菜 生椎茸又はエリンギ・キャベツ きゅうり・レーズン・エノキ・りんご	牛乳 手作り りんごケーキ	
28	火	牛乳 ハーベスト		クリームシチュー 厚揚げとしめじの含め煮	鶏肉・牛乳 スキムミルク 絹厚揚げ・花かつお	じゃがいも・小麦粉 白玉粉・ミックス粉 バター・黒ごま	玉ねぎ・人参・コーン缶・いんげん しめじ	牛乳 もちもち チーズパン	
29	水	牛乳 小麦胚芽の クラッカー		焼きビーフン トマトときゅうりのツナサラダ 果物	豚肉・牛乳・ツナ缶 粉チーズ	ビーフン・いりごま 小麦粉・砂糖・バター マヨネーズ	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン きくらげ・トマト・きゅうり・レタス バナナ	牛乳 ハロウィン クッキー	
30	木	牛乳 マリー ビスケット		肉じゃが 野菜のごまネーズ和え	豚肉・牛乳・天平	じゃがいも 糸コンニャク・マヨネーズ ごまドレッシング	人参・玉ねぎ・いんげん キャベツ・きゅうり・もやし ほうれん草・金時豆	牛乳 煮豆	
31	金	牛乳 果物	英語教室	さんま焼き 豚汁 れんこんのきんぴら	さんま・牛乳・豚肉 味噌・絹厚揚げ プロセスチーズ	バター・里芋・油揚げ 砂糖・糸コンニャク ミックス粉・いりごま	人参・ごぼう・大根・白菜 ねぎ・蓮根	牛乳 手作り スコーン	

*物資購入等の都合により変更になる場合があります。