



# こんだてひょう



1日 (木)	・ごはん ・味噌汁 ・じゃが芋の旨煮	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、かぼちゃ、豆腐、小松菜 ⇒じゃが芋、人参、玉ねぎ、ほうれん草 おやつ⇒紫芋ふんわりせんべい、きなこおはぎ風
2日 (金)	・三色ごはん ・クリームスープ ・赤魚の煮つけ	⇒軟飯、人参、かぼちゃ、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、じゃが芋、豆乳、ブロッコリー ⇒赤魚 おやつ⇒豆乳クッキー、ひし形三色ゼリー
3日 (土)	・ドリア風 ・味噌汁	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、椎茸、トマト、豆乳、ブロッコリー ⇒人参、玉ねぎ、じゃが芋、白菜、小松菜、大根 おやつ⇒おせんべいサラダ味、バナナ
5日 (月)	・ごはん ・味噌汁 ・スイートマッシュポテト	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、大根、かぼちゃ、豆腐、小松菜 ⇒人参、玉ねぎ、さつま芋、ほうれん草 おやつ⇒むらさきいもせんべい、煮りんご
6日 (火)	・おかかごはん ・味噌汁 ・トマト煮	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、鰹節 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、じゃが芋、小松菜 ⇒トマト、人参、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草 おやつ⇒サクッとあられ、オレンジスイートポテト
7日 (水)	・豆腐丼 ・コロコロスープ	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、さつま芋、トマト、ブロッコリー おやつ⇒紫いもチップ、バナナ
8日 (木)	・ごはん ・味噌汁 ・かぼちゃの旨煮	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、大根、キャベツ、豆腐、小松菜 ⇒人参、玉ねぎ、かぼちゃ、ほうれん草 おやつ⇒花花せんべい、お米 de 桃のタルト
9日 (金)	・さつまいもごはん ・中華スープ ・豆腐のそぼろ煮	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、さつま芋 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、椎茸、春雨、小松菜 ⇒人参、玉ねぎ、椎茸、豆腐、ほうれん草 おやつ⇒豆乳クッキー、アップルゼリー
10日 (土)	・ごはん ・味噌汁 ・ほうれん草の白和え	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、かぼちゃ、キャベツ、小松菜 ⇒人参、ほうれん草、椎茸、豆腐 おやつ⇒おせんべいサラダ味、バナナ
12日 (月)	・ごはん ・豆乳味噌汁 ・鮭のソテー	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、かぼちゃ、椎茸、豆乳、小松菜 ⇒鮭、人参、玉ねぎ、ほうれん草 おやつ⇒紫芋ふんわりせんべい、スティックポテト
13日 (火)	・人参ごはん ・味噌汁 ・大根の煮物	⇒軟飯、人参、玉ねぎ ⇒人参、玉ねぎ、さつま芋、キャベツ、豆腐、ほうれん草 ⇒大根、人参、小松菜、油揚げ おやつ⇒サクッとあられ、かぼちゃあんおはぎ風
14日 (水)	・そぼろ丼 ・野菜スープ	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、高野豆腐、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、かぼちゃ、白菜、椎茸、豆腐、ブロッコリー おやつ⇒花花せんべい、バナナ

15日 (木)	・ごはん ・味噌汁 ・さつま芋の旨煮	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、大根、豆腐、小松菜 ⇒人参、玉ねぎ、さつま芋、ほうれん草 おやつ⇒むらさきいもせんべい、黒糖むしパン
16日 (金)	・ごはん ・クリームシチュー ・野菜煮込み	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、じゃが芋、白菜、豆乳、ブロッコリー ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、椎茸、豆腐、ほうれん草 おやつ⇒豆乳クッキー、オレンジゼリー
19日 (月)	・ごはん ・味噌汁 ・豆腐のとろとろ煮	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、さつま芋、キャベツ、小松菜 ⇒人参、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草 おやつ⇒紫いもチップ、煮りんご
20日 (火)	・かぼちゃごはん ・スープ ・トマト煮	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、かぼちゃ ⇒人参、玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、ブロッコリー ⇒人参、玉ねぎ、豆腐、トマト、ほうれん草 おやつ⇒サクッとあられ、バナナ
22日 (木)	・ごはん ・味噌汁 ・じゃが芋の旨煮	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、大根、豆腐、小松菜 ⇒人参、玉ねぎ、じゃが芋、ほうれん草 おやつ⇒花花せんべい、アップルスイートポテト
23日 (金)	・おかかごはん ・ビーフ汁 ・かぼちゃの煮物	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、鰹節 ⇒人参、玉ねぎ、ビーフン、キャベツ、椎茸、豆腐、小松菜 ⇒人参、かぼちゃ、ほうれん草 おやつ⇒豆乳クッキー、ぶどうゼリー
24日 (土)	・すきやき風丼 ・味噌汁	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、白菜、椎茸、春雨、豆腐、小松菜 ⇒人参、玉ねぎ、さつま芋、キャベツ、ほうれん草 おやつ⇒おせんべいサラダ味、バナナ
26日 (月)	・ごはん ・味噌汁 ・赤魚の煮つけ	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、さつま芋、白菜、豆腐、ほうれん草 ⇒赤魚 おやつ⇒むらさきいもせんべい、いもようかん
27日 (火)	・さつま芋ごはん ・中華スープ ・豆腐のそぼろ煮	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、さつま芋 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、椎茸、春雨、小松菜 ⇒人参、玉ねぎ、豆腐、椎茸、ほうれん草 おやつ⇒サクッとあられ、きなこおはぎ風
28日 (水)	・人参ごはん ・味噌汁 ・さつま芋の煮物	⇒軟飯、人参、玉ねぎ ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、大根、豆腐、小松菜 ⇒さつま芋、人参、ほうれん草 おやつ⇒紫いもチップ、バナナ
29日 (木)	・ごはん ・クリームスープ ・野菜煮込み	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、じゃが芋、豆乳、ブロッコリー ⇒人参、玉ねぎ、白菜、椎茸、豆腐、ほうれん草 おやつ⇒花花せんべい、スティックポテト
30日 (金)	・そぼろ丼 ・味噌汁	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、高野豆腐、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、かぼちゃ、白菜、豆腐、小松菜 おやつ⇒むらさきいもせんべい、苺ゼリー
31日 (土)	・ドリア風 ・野菜スープ	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、椎茸、トマト、豆乳、ブロッコリー ⇒人参、玉ねぎ、さつま芋、キャベツ、豆腐、ほうれん草 おやつ⇒おせんべいサラダ味、バナナ

◆食材の納品の関係により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

◇つぼみ組は2歳以上の献立と同じです。

水曜日のみ、めばえ組と同じ献立になります。