



月献立表【完了期】



令和3年

増美保育園

日	曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
		朝おやつ	昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
1	木	大根煮 麦茶	ご飯 コンソメスープ 鶏じゃが 白菜サラダ ジャムヨーグルト 麦茶	いちごジャムの蒸しまんじゅう 牛乳	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク 牛乳	砂糖 米 じゃが芋 マヨネーズ 薄力粉 いちごジャム	大根 キャベツ 人参 バセリ 玉ねぎ 白菜 ほうれん草 コーン りんご	こいくちしょうゆ 水 麦茶 チキンスープの素 塩 だし醤油 みりん ベーキングパウダー
2	金	赤ちゃんせんべい 麦茶	【清肉】五目ちらし寿司 すまし汁 たらの味噌照り焼き 麦茶	赤ちゃんせんべい バナナ 牛乳	鶏肉 油揚げ たら 味噌 牛乳	赤ちゃんせんべい 米 砂糖	干しいたけ 人参 さやえんどう 焼きのり 昆布 大根 わかめ バナナ	麦茶 水 殺物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ
3	土	ウエハース 麦茶	きのこの和風パスタ 人参ドレッシングサラダ 麦茶	赤ちゃんせんべい 麦茶	鶏肉	ウエハース スパゲティ 油 赤ちゃんせんべい	玉ねぎ しめじ えのき茸 キャベツ きゅうり 人参	麦茶 水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 人参ドレッシング
5	月	赤ちゃんせんべい 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き 人参ドレッシングサラダ 麦茶	ホットケーキ 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 鶏卵 牛乳	赤ちゃんせんべい 米 マーマレード 薄力粉 砂糖 無塩バター	昆布 干しいたけ 南瓜 玉ねぎ 白菜 小松菜 人参	麦茶 水 こいくちしょうゆ 料理酒 人参ドレッシング ベーキングパウダー
6	火	蒸しさつま芋 麦茶	ミートソーススパゲティ コンソメスープ 大根とコーンのサラダ フルーツポンチ 麦茶	ふかし芋 牛乳	豚ひき肉 牛乳	さつま芋 スパゲティ 油 マーマレード 薄力粉 じゃが芋	玉ねぎ 人参 えのき茸 ほうれん草 大根 きゅうり コーン 黄桃 りんご	麦茶 水 トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩
7	水	蒸しそばちや 麦茶	焼き肉丼 中華スープ じゃことキャベツの和え物 バナナ 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	豚肉 しらす きな粉	米 油 ごま ごま油 マカロニ 砂糖	南瓜 玉ねぎ 白菜 干しいたけ わかめ キャベツ チンゲン菜 人参 バナナ	麦茶 水 こいくちしょうゆ みりん チキンスープの素 塩
8	木	赤ちゃんせんべい 麦茶	ご飯 味噌汁 たらの香味焼き ひじきの煮物 麦茶	蒸しパン 牛乳	味噌 たら 高野豆腐 牛乳	赤ちゃんせんべい 米 ごま ごま油 油 薄力粉 砂糖	昆布 干しいたけ 玉ねぎ しめじ 小松菜 万能ねぎ ひじき 人参 グリンピース	麦茶 水 だし醤油 みりん こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
9	金	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 肉豆腐 キャベツのマヨ和え 麦茶	おかおにおぎり 麦茶	味噌 豚肉 木綿豆腐 かつお節	マンナビスケット 米 さつま芋 マヨネーズ	昆布 干しいたけ しめじ ほうれん草 玉ねぎ 人参 万能ねぎ キャベツ チンゲン菜	麦茶 水 だし醤油 みりん 塩 こいくちしょうゆ
10	土	赤ちゃんせんべい 麦茶	味噌うどん ほうれん草のごま和え 麦茶	ウエハース 牛乳	豚肉 油揚げ 味噌 牛乳	赤ちゃんせんべい うどん ごま 砂糖 ウエハース	白菜 人参 万能ねぎ 昆布 干しいたけ ほうれん草 もやし	麦茶 水 料理酒 みりん 塩 こいくちしょうゆ
12	月	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 玉子焼き なめ苺和え オレンジ 麦茶	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	味噌 鶏卵 牛乳	ウエハース 米 じゃが芋 砂糖 薄力粉	昆布 干しいたけ 白菜 万能ねぎ 玉ねぎ バセリ キャベツ 人参 ほうれん草 なめ苺 オレンジ 南瓜	麦茶 水 塩 トマトケチャップ こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
13	火	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き ブロッコリーサラダ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 麦茶	味噌 厚揚げ 鶏肉	砂糖 米 マヨネーズ ウエハース	人参 昆布 干しいたけ えのき茸 小松菜 ブロッコリー もやし ぶどうジュース アガー	水 麦茶 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩
14	水	蒸しさつま芋 麦茶	ご飯 春雨とコーンのスープ 豆腐のそぼろ煮 白菜のツナ和え 麦茶	中華風カステラ 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 味噌 ツナ 鶏卵 牛乳	さつま芋 米 ごま油 春雨 油 砂糖 片栗粉 無塩バター 薄力粉	干しいたけ コーン 長ねぎ 白菜 人参	麦茶 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 殺物酢 ベーキングパウダー
15	木	かぼちゃ 麦茶	ご飯 コンソメスープ 豚肉といちいる野菜の煮物 海苔サラダ フルーツヨーグルト 麦茶	きな粉パン 麦茶	豚肉 ヨーグルト スキムミルク きな粉	米 じゃが芋 砂糖 スキムミルク 食パン 無塩バター	南瓜 玉ねぎ 人参 バセリ キャベツ 人参 ほうれん草 焼きのり 黄桃	麦茶 水 チキンスープの素 塩 だし醤油 みりん 殺物酢
16	金	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏つくね照り焼き 小松菜ソテー チーズ 麦茶	パンケーキ 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 チーズ 牛乳	砂糖 米 さつま芋 パン粉 片栗粉 油 薄力粉	大根 昆布 干しいたけ 白菜 玉ねぎ 人参 ひじき 小松菜 もやし しめじ	こいくちしょうゆ 水 麦茶 塩 だし醤油 チキンスープの素 ベーキングパウダー
17	土	赤ちゃんせんべい 麦茶	きつねうどん ポテトサラダ 麦茶	ウエハース 牛乳	油揚げ 牛乳	赤ちゃんせんべい うどん じゃが芋 マヨネーズ ウエハース	ほうれん草 人参 長ねぎ きゅうり	麦茶 水 だし醤油 こいくちしょうゆ 塩
19	月	蒸しそばちや 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の炒め物 白菜の和え物 オレンジ 麦茶	蒸し大学芋 牛乳	味噌 豚肉 牛乳	米 小切麩 油 さつま芋 砂糖 ごま	南瓜 昆布 干しいたけ 長ねぎ 小松菜 玉ねぎ 人参 グリンピース 白菜 きゅうり オレンジ	麦茶 水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん
20	火	人参煮 麦茶	【穀肉】キャベツとわかめの混ぜご飯 味噌汁 かかれのみりん焼き 切干大根の煮物 麦茶	りんごヨーグルト ウエハース 麦茶	味噌 高野豆腐 かれい 油揚げ スキムミルク ヨーグルト	砂糖 米 油 ウエハース	人参 キャベツ わかめご飯の素 昆布 干しいたけ 南瓜 万能ねぎ 切干大根 ほうれん草 りんご	水 麦茶 塩 こいくちしょうゆ みりん だし醤油
21	水	蒸しさつま芋 麦茶	ご飯 コンソメスープ チキンのケチャップ焼き 人参ドレッシングサラダ 麦茶	プリン	鶏肉 牛乳	さつま芋 米 じゃが芋 砂糖 プリンの素	キャベツ 人参 もやし ブロッコリー コーン	麦茶 水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 人参ドレッシング
22	木	ビスケット 麦茶	中華あんかけご飯 わかめスープ ラーメン中華和え オレンジゼリー 麦茶	レーズン蒸しパン 牛乳	豚肉 牛乳	マンナビスケット 米 ごま油 片栗粉 中華種 砂糖 ごま 薄力粉	白菜 チンゲン菜 人参 玉ねぎ えのき茸 わかめ キャベツ きゅうり オレンジジュース アガー レーズン	麦茶 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 殺物酢 ベーキングパウダー
23	金	蒸しじゃが芋 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 白菜とわかめの甘酢和え 麦茶	バナナマフィン 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 鶏卵 牛乳	じゃが芋 米 さつま芋 油 砂糖 無塩バター 薄力粉	昆布 干しいたけ チンゲン菜 大根 人参 白菜 わかめ バナナ	塩 麦茶 水 だし醤油 みりん 殺物酢 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
24	土	ウエハース 麦茶	ツナのトマトスパゲティ フレンチサラダ 麦茶	赤ちゃんせんべい 牛乳	ツナ 牛乳	ウエハース スパゲティ 油 砂糖 赤ちゃんせんべい	玉ねぎ しめじ にんにく ダイズマド ほうれん草 キャベツ きゅうり 人参 コーン	麦茶 水 トマトケチャップ 塩 チキンスープの素 殺物酢
26	月	赤ちゃんせんべい 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の野菜炒め じゃが芋のおかか煮 麦茶	チーズ入りパンケーキ 牛乳	味噌 鶏肉 かつお節 チーズ 牛乳	赤ちゃんせんべい 米 小切麩 油 じゃが芋 薄力粉 砂糖	昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ 玉ねぎ ビーマン 人参 グリンピース	麦茶 水 だし醤油 料理酒 ベーキングパウダー
27	火	蒸しさつま芋 麦茶	ご飯 すまし汁 たらの西京焼き 春雨の甘酢和え りんご 麦茶	寒天ミルクプリン ウエハース 麦茶	たら 味噌 牛乳	さつま芋 米 砂糖 春雨 ウエハース	昆布 干しいたけ 白菜 人参 チンゲン菜 りんご	麦茶 水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 殺物酢 ミルクプリン
28	水	チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 チーズ入り玉子焼き なめたけ和え バナナ 麦茶	ボン菓子 オレンジ 麦茶	チーズ 味噌 厚揚げ 鶏卵	米 無塩バター 砂糖 ボン菓子	昆布 干しいたけ 長ねぎ 小松菜 玉ねぎ バセリ 白菜 人参 なめ苺 バナナ オレンジ	麦茶 水 塩 トマトケチャップ こいくちしょうゆ
30	金	ウエハース 麦茶	ボーケケチャップライス コンソメスープ キャベツサラダ オレンジ 麦茶	キャロット蒸しパン 牛乳	豚肉 牛乳	ウエハース 米 油 砂糖 じゃが芋 薄力粉	玉ねぎ 人参 しめじ バセリ キャベツ コーン きゅうり オレンジ	麦茶 水 塩 トマトケチャップ チキンスープの素 殺物酢 ベーキングパウダー

☆給食のお米はおいしい金芽米を使用しています。