



日付	曜	初期食	
		中期 前半食	中期 後半食
10/24	水	①つぶし粥 ②野菜スープ アスパラ	野菜マッシュ ③じゃが芋 ④人参
11/25	木	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	野菜マッシュ ③胡瓜 ④大根
12/26	金	①つぶし粥 ②野菜スープ もやし	野菜マッシュ ③じゃが芋 ④キャベツ
13/27	土	①つぶし粥 ②野菜スープ ほうれん草	野菜マッシュ ③白菜 ④南瓜
1/15/29	月	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	野菜マッシュ ③キャベツ ④玉葱
2/16	火	①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ	野菜マッシュ ③じゃが芋 ④ピーマン
/31	水	①つぶし粥 ②野菜スープ もやし	野菜マッシュ ③にんじん ④チンゲン菜
/18	木	①つぶし粥 ②野菜スープ ピーマン	野菜マッシュ ①じゃが芋 ④キャベツ
/19	金	①つぶし粥 ②野菜スープ キャベツ	野菜マッシュ ③人参 ④胡瓜
6/20	土	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	野菜マッシュ ③南瓜 ④玉葱
8/22	月	①つぶし粥 ②野菜スープ 玉葱	野菜マッシュ ③いんげん ④白菜
9/23	火	①つぶし粥 ②野菜スープ 小松菜	野菜マッシュ ③人参 ④もやし
17/☆	水	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	野菜マッシュ ③玉ねぎ ④キャベツ

☆材料の都合により献立を変更することがあります

城山保育園



日付	曜	午 前 食		
		中期 前半食	中期 後半食	後 期 食
10/24	水	①5分がゆ ②コーンのスープ ③鶏そぼろとじゃが芋煮 ④アスパラと野菜煮	①全がゆ ②コーンのスープ ③鶏そぼろとじゃが芋煮 ④アスパラと野菜煮	①軟飯 ②コーンのスープ ③鶏レバーとじゃが芋煮 ④アスパラサラダ
11/25	木	①5分がゆ ②大根のみそ汁 ③豆腐と野菜煮 ④人参とブロッコリー煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③豆腐の千草焼き風 ④人参とブロッコリー煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③豆腐の千草焼き風 ④人参と胡瓜ブロッコリーの和え物
12/26	金	①にゅうめん(人参・もやし) ②じゃが芋の煮物 ③麩の煮物	①煮込みうどん(人参・もやし) ②じゃが芋の煮物 ③フルーツ煮	①煮込みうどん(人参・もやし) ②じゃが芋のチーズ焼き ③フルーツ煮
13/27	土	①煮込みうどん(小松菜・人参) ③南瓜のそぼろ煮 ④麩の煮物	①煮込みうどん(小松菜・人参) ②南瓜のそぼろ煮 ③フルーツ煮	①煮込みうどん(小松菜・人参) ②南瓜のそぼろ煮 ③フルーツ煮
1/15/29	月	①5分がゆ ②人参の味噌汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①全がゆ ②人参の味噌汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①軟飯 ②人参の味噌汁 ③白身魚の唐揚げ風 ④胡瓜とキャベツ煮
2/16/30	火	①5分がゆ ②さつま芋みそ汁 ③鶏肉とじゃが芋煮 ④コーンと小松菜煮	①全がゆ ②さつま芋みそ汁 ③鶏肉とじゃが芋煮 ④コーンと小松菜煮	①軟飯 ②さつま芋スープ ③鶏肉とじゃが芋煮 ④コーンと小松菜煮
/31	水	①5分がゆ ②麩の清まし汁 ③白身魚煮 ④人参ともやし煮	①全がゆ ②麩の清まし汁 ③白身魚煮 ④人参ともやし煮	①軟飯 ②麩とわかめの清まし汁 ③白身フライ ④人参ともやしサラダ
/18	木	①パン粥 ②キャベツスープ ③ポークビーンズ風(鶏肉) ④ポイルブロッコリー	①パン粥 ②キャベツスープ ③ポークビーンズ風(鶏肉) ④ポイルブロッコリー	①トースト ②キャベツスープ ③ポークビーンズ風(鶏肉) ④ポイルブロッコリー
/19	金	①5分がゆ ②じゃが芋スープ ③豆腐とひき肉煮 ④キャベツ煮	①全がゆ ②じゃが芋スープ ③豆腐とひき肉煮 ④キャベツ煮	①軟飯 ②じゃが芋のスープ ③麻婆豆腐風 ④みかんとキャベツ煮
6/20	土	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②南瓜のそぼろあん ③野菜煮	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②南瓜のそぼろあん ③野菜煮	①煮込みスパゲティ(キャベツ・人参) ②南瓜のそぼろあん ③野菜サラダ
8/22	月	①5分がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚の味噌煮 ④大根いんげん煮	①全がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚の味噌煮 ④大根いんげん煮	①軟飯 ②人参のみそ汁 ③白身魚の味噌焼き ④大根いんげん炒め
9/23	火	①5分がゆ ②さつま芋みそ汁 ③鶏肉とキャベツ煮 ④コーンと小松菜煮	①全がゆ ②さつま芋みそ汁 ③鶏肉とキャベツ煮 ④コーンと小松菜煮	①軟飯 ②さつま芋スープ ③鶏肉とキャベツ炒め ④コーンと小松菜煮
17	水	①にんじん粥 ②コーンスープ ③鶏肉のあんかけ ④人参と野菜煮	①にんじん粥 ②コーンスープ ③鶏肉のあんかけ ④キャベツと野菜煮	①にんじんご飯(軟飯) ②コーンスープ ③からあげ風 ④キャベツサラダ

17	水	①にんじん粥 ②コーンスープ ③鶏肉のあんかけ ④人参と野菜煮	①にんじん粥 ②コーンスープ ③鶏肉のあんかけ ④キャベツと野菜煮	①にんじんご飯(軟飯) ②コーンスープ ③からあげ風 ④キャベツサラダ
----	---	------------------------------------	--------------------------------------	--

日付	曜	午後食			
		中期 前半食	中期 後半食	後期食	
10	24	水	①5分がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④キャベツと野菜煮	①全がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③白身魚の煮つけ ④キャベツとみかん煮	①軟飯 ②じゃが芋のみそ汁 ③白身魚の塩焼き ④キャベツとみかんのサラダ
11	25	木	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②鶏ささみといんげん煮(片栗粉)	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②鶏ささみといんげん煮 ③フルーツ	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②鶏ささみといんげん煮 ③フルーツ
12	26	金	①5分がゆ ②じゃが芋のスープ ③豆腐のそぼろあんかけ ④キャベツともやし煮	①全がゆ ②じゃが芋のスープ ③豆腐のそぼろあんかけ ④キャベツともやし煮	①軟飯 ②じゃが芋のスープ ③豆腐のそぼろあんかけ ④キャベツサラダ
13	27	土	①5分がゆ ②南瓜のみそ汁 ③白身魚煮 ④キャベツ煮	①全がゆ ②南瓜のみそ汁 ③白身魚煮 ④キャベツ煮	①軟飯 ②南瓜のみそ汁 ③白身魚のムニエル ④キャベツと青海苔煮
1	15/29	月	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④小松菜煮	①全がゆ ②キャベツのスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④小松菜煮	①軟飯 ②キャベツのスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④小松菜ソテー
2	16/30	火	①パンがゆ ②チンゲン菜のスープ ③胡瓜とそぼろ煮 ④さつま芋煮	①蒸しパン(パン粥) ②チンゲン菜のスープ ③胡瓜とそぼろ煮 ④さつま芋煮	①蒸しパン ②チンゲン菜のスープ ③胡瓜とそぼろ煮 ④さつま芋バター
	31	水	①5分がゆ ②人参のみそ汁 ③麩としらす煮 ④胡瓜と人参煮	①全がゆ ②人参のみそ汁 ③麩としらす煮 ④胡瓜と人参煮	①軟飯 ②人参のみそ汁 ③麩としらす煮 ④胡瓜と人参サラダ
	18	木	①5分がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚煮 ④さつま芋煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚煮 ④さつま芋とりんご煮	①軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚照り焼き ④さつま芋とりんご煮
	19	金	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③鶏そぼろと人参煮 ④南瓜煮	①全がゆ ②キャベツのスープ ③鶏そぼろと人参煮 ④南瓜煮	①軟飯 ②キャベツのスープ ③鶏そぼろと人参ソテー ④南瓜煮
6	20	土	①5分がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④いんげんと豆腐煮	①全がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④いんげんと豆腐煮	①軟飯 ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④いんげんと豆腐のサラダ
8	22	月	①5分がゆ ②白菜のみそ汁 ③玉ねぎとしらす煮 ④人参煮	①全がゆ ②白菜のみそ汁 ③玉ねぎとしらす煮 ④人参煮	①ごま軟飯 ②白菜のみそ汁 ③玉ねぎとしらす煮 ④人参のバター焼き
9	23	火	①パンがゆ ②小松菜のスープ ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④南瓜煮	①トースト(パン粥) ②小松菜のスープ ③ハンバーグ ④南瓜煮	①トースト ②小松菜のスープ ③ハンバーグ ④南瓜煮
17		水	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③白身魚煮 ④さつま芋煮	①全粥 ②キャベツのスープ ③白身魚煮 ④さつま芋煮	①軟飯 ②キャベツのスープ ③白身魚のムニエル ④さつま芋煮

日付	曜	午前おやつ	献立名	おやつ	主な材料		体の調子を 整えるもの
					鶏や肉に なるもの	玉や卵に なるもの	
10	24	水	①クラッカー ①チキンカレー ②クリームコーンスープ ③春野菜のサラダ ④フルーツ	①オレンジジュース ②クリスマスケーキ ③じゃが芋のみそ汁 パン粉	米・油 小麦粉・バター じゃが芋 パン粉	鶏肉 ツナ	玉葱・人参 グリル・ス パセリ・キャベツ アスパラ
11	25	木	①りんごジュース ②中華スープ(春雨・ニラ) ③ブロッコリーのおかか和え ④フルーツ	①牛乳 ②芋もち ③大根のスープ	米 春雨 じゃが芋 片栗粉	豆腐・豚肉 バター	長ねぎ・椎茸 たけのこ・人参 ブロッコリー にら
12	26	金	①ビスケット ①塩ラーメン ②じゃが芋のコーンマヨ焼き ③フルーツ	①牛乳 ②山菜おこわ ③小松菜のスープ	中華麺 ごま油・じゃが芋 マヨネーズ 米・ごま	豚肉 ベーコン 牛乳	キャベツ・人参 もやし・にら 長ねぎ・玉葱 コーン・山菜
13	27	土	①牛乳 ①あんかけやきそば ②五目みそ汁 ③里芋ののりあえ ④フルーツ	①牛乳 ②ナポリおにぎり ③かぼちゃのみそ汁	中華麺 かぼちゃ 米	豚肉・えび ウィンナー 竹輪・油揚げ 牛乳	白菜・人参 玉葱・ピーマン ねぎ・コーン ほうれん草
1	15/29	月	①ビスケット ①ご飯 ②みそ汁(油あげ・玉葱) ③かつおの唐揚げ ④キャベツの胡麻マヨ和え⑤フルーツ	①牛乳 ②マーブル蒸しぱん ③キャベツのスープ	米・片栗粉 油・マヨネーズ ごま かつお・ねぎ	かつお 味噌・竹輪 卵 牛乳	玉ねぎ キャベツ 胡瓜 人参
2	16/30	火	①ヨーグルト ①ご飯(2日はこいのぼりご飯) ②清汁(花魁・みつば) ③肉じゃが ④チンゲン菜の和え物(2日は付きません) ⑤フルーツ	①りんごジュース ②2日こどもの日おやつ ③16日、30 パンプディング ④青梗菜のみそ汁	米・じゃが芋 油・ごま油 しらたき 小麦粉・パン	豚肉 味噌 牛乳 卵	人参・胡瓜 グリーンピース みつ葉・玉葱 ピーマン
	31	水	①ぶどうジュース ①ご飯 ②すまし汁(わかめ・ねぎ) ③鰯フライ④華風和え ⑤フルーツ	①牛乳 ②マドレーヌ ③人参のみそ汁	米 パン粉 小麦粉 かつお・ねぎ	鰯 バター 牛乳	チンゲン菜 人参・もやし コーン・ねぎ わかめ・レモン
	18	木	①クラッカー ①クロワッサン②スープ(キャベツ・えのき) ③ポークビーンズ ④シーフードサラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②ひじきチャーハン ③玉葱のみそ汁	米 油 クロワッサン バター	えび いか 豚挽き肉 牛乳	キャベツ・人参 玉ねぎ・えのき ピーマン ブロッコリー
	19	金	①マンナ ①ご飯 ②中華スープ(ねぎ・えのき) ③松風焼き④梅風味サラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②野菜のお焼き ③キャベツのスープ	米・油 白ごま 小麦粉	豚ひき肉 卵・チーズ 牛乳・豆腐	大根・人参 いんげん・ねぎ もやし・えのき キャベツ
6	20	土	①牛乳 ①ツナの和風スパゲティ ②清汁(わかめ・ネギ) ③かぼちゃのグラタン ④フルーツ	①牛乳 ②ブルーベリージャムパン ③人参のみそ汁	スパゲティ バター 小麦粉 パン	ツナ チーズ 豚ひき肉 牛乳	人参・玉葱 キャベツ わかめ 南瓜
8	22	月	①クラッカー ①ご飯 ②カレーのみそ焼き ③清汁(白菜・わかめ) ④切干大根の炒り煮⑤フルーツ	①ぶどうジュース ②肉味噌スパゲティ ③白菜のみそ汁	米 油 スパゲティ ごま	カレー 油揚げ 味噌 豚肉	白菜・玉ねぎ 人参・干椎茸 いんげん 切干大根
9	23	火	①牛乳 ①ご飯 ②みそ汁(大根・わかめ) ③鶏肉の照り焼き風炒め ④小松菜とコーンのナムル⑤フルーツ	①牛乳 ②セサミトースト ③小松菜のスープ	米 油・パン ごま油 マーガリン	鶏肉 味噌 ツナ 牛乳	玉ねぎ パセリ・小松菜 大根・わかめ もやし・人参

★誕生日会★

17		水	①ビスケット ①えびピラフ②コーンスープ ③ユーリンチー ④ツナサラダ⑤トマト ⑥フルーツ	①牛乳 ②誕生日ケーキ ③キャベツスープ	米・片栗粉 小麦粉 ケーキ	鶏肉 牛乳 えび ツナ	ピーマン 人参・たまねぎ キャベツ・トマト 胡瓜
----	--	---	---	----------------------------	---------------------	----------------------	-----------------------------------

材料の都合により、献立を変更する場合がございます。ご了承ください。