



日付		曜	午前食	
			中期後半食	後期食
13	27	月	①全がゆ ②麩のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参とチンゲン菜煮	①軟飯 ②麩のみそ汁 ③鮭のチーズ焼き ④人参とチンゲン菜煮
14	28	火	①全がゆ ②かぶのスープ ③ささみ煮 ④人参玉ねぎ煮	①軟飯 ②かぶのスープ ③から揚げ ④人参サラダ
1	15/29	水	①全がゆ ②コーンスープ ③玉ねぎの挽肉あん ④もやし胡瓜煮	①軟飯 ②コーンスープ ③玉ねぎの挽肉あん ④胡瓜スティック
	16/30	木	①全がゆ ②みそ汁(ほうれん草) ③鶏挽き肉と人参煮 ④じゃが芋煮	①軟飯 ②みそ汁(ほうれん草) ③鶏挽き肉と人参煮 ④じゃが芋煮
4	18	土	①煮込みうどん(大根・人参) ②豆腐煮 ③さつま芋煮	①煮込みうどん(大根・人参) ②豆腐焼き ③さつま芋煮
6	20	月	①全がゆ ②麩のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参とブロッコリー煮	①軟飯 ②麩のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参とブロッコリー煮
7	21	火	①全がゆ ②みそ汁(大根) ③豆腐の挽肉あん ④南瓜煮	①軟飯 ②みそ汁(大根) ③豆腐の挽肉あん ④南瓜チーズ焼き
8	22	水	①トースト②ミルクスープ(人参) ③鶏肉と玉葱煮 ④ブロッコリー煮	①トースト ②ミルクスープ(人参) ③鶏肉と玉葱煮 ④ブロッコリー煮
9		木	①全がゆ ②みそ汁(かぶ) ③ささ身と人参煮 ④キャベツ煮	①軟飯 ②みそ汁(かぶ) ③レバーと人参炒め ④キャベツ煮
10	24	金	①全がゆ ②人参のスープ ③豆腐煮 ④キャベツと胡瓜煮	①軟飯 ②人参のスープ ③豆腐煮 ④キャベツと胡瓜サラダ
11	25	土	①にゅうめん(玉ねぎ・ほうれん草・しらす) ②じゃが芋煮 ③フルーツ煮	①パスタ(玉ねぎ・ほうれん草・しらす) ②じゃが芋煮 ③フルーツ煮
2	☆	木	①にゅうめん(人参・挽肉) ②じゃが芋煮 ③もやし煮	①煮込みうどん(人参・挽肉) ②じゃが芋とささみ煮 ③フルーツ煮
17	☆	金	①人参全がゆ ②スープ(豆腐) ③ささみ煮 ④キャベツときゅうり煮	①人参軟飯 ②スープ(豆腐) ③鶏肉の照り焼き風④キャベツきゅうり煮



日付		曜	午後食	
			中期後半食	後期食
13	27	月	①全がゆ ②スープ(白菜) ③じゃが芋そぼろ煮 ④人参煮	①軟飯 ②スープ(白菜) ③じゃが芋そぼろ煮 ④人参スティック
14	28	火	①煮込みうどん(シラス・人参) ②白菜煮 ③フルーツ煮	①煮込みスパゲティ(シラス・人参) ②白菜煮 ③フルーツ煮
1	15/29	水	①トースト ②スープ(キャベツ) ③白身魚煮 ④かぶの煮物	①トースト ②スープ(キャベツ) ③白身魚の照り焼き ④かぶの煮物
2	16/30	木	①全がゆ ②みそ汁(ほうれん草) ③豆腐煮 ④大根と胡瓜煮	①軟飯 ②みそ汁(ほうれん草) ③豆腐ステーキ ④大根と胡瓜ゆかりあえ
	17	金	①全がゆ ②みそ汁(お麩) ③豆腐の挽肉あん ④人参煮	①軟飯 ②みそ汁(お麩) ③豆腐の挽肉あん ④人参煮
4	18	土	①全がゆ ②みそ汁(ほうれん草) ③さつま芋の挽肉あん ④人参煮	①軟飯 ②みそ汁(ほうれん草) ③さつま芋の挽肉あん ④人参煮
6	20	月	①トースト②すまし汁(いんげん) ③豆腐の挽肉あん ④じゃが芋煮	①きなこトースト②すまし汁(いんげん) ③豆腐の挽肉あん ④じゃが芋煮
7	21	火	①全がゆ ②スープ(玉ねぎ) ③白身魚煮 ④人参ともやし煮	①軟飯 ②スープ(玉ねぎ) ③白身魚煮 ④人参ともやし煮
8	22	水	①全がゆ ②みそ汁(ほうれん草) ③豆腐煮 ④南瓜煮	①軟飯 ②みそ汁(ほうれん草) ③豆腐煮 ④南瓜煮
9		木	①全がゆ ②みそ汁(白菜) ③鶏肉煮 ④南瓜煮	①軟飯 ②みそ汁(白菜) ①レバー煮 ④南瓜煮
10	24	金	①トースト ②スープ(キャベツ) ③白身魚煮 ④さつま芋いんげん煮	①トースト ②スープ(キャベツ) ③白身魚焼き ④さつま芋いんげん煮
11	25	土	①全がゆ ②みそ汁(玉ねぎ) ③シラス煮 ④きゅうり煮	①軟飯 ②みそ汁(玉ねぎ) ③シラス煮 ④胡瓜スティック

☆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	主な材料						
		午前おやつ	午前食	午後食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	
13	27	月	①クラッカー	①ご飯②みそ汁(麩・長ねぎ) ③鮭のピザ焼き ④チンゲン菜のソテー ⑤フルーツ	①牛乳 ②人参クッキー ③白菜のスープ ④フルーツ	米 小麦粉 お麩	チーズ 鮭 バター 牛乳	玉葱 ちんげん菜・キャベツ 人参・コーン
14	28	火	①牛乳	①ゆかりご飯②清汁(かぶ・わかめ) ③唐揚げレモンソース ④にんじんサラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②ツナのスパゲティ ③人参のみそ汁 ④フルーツ	米・ごま スパゲティ 片栗粉	鶏肉 ツナ・チーズ 牛乳	玉ねぎ・人参 胡瓜・わかめ キャベツ・かぶ レモン
1	15/29	水	①クラッカー	①ハヤシライス ②スープ(キャベツ・コーン) ③三色和え ④フルーツ	①牛乳 ②チーストースト ③キャベツスープ ④フルーツ	じゃが芋 米 ごま 食パン	豚肉 ベーコン チーズ 牛乳	玉葱・人参・あさつき グリーンピース もやし・胡瓜 キャベツ・コーン
	16/30	木	①マンナ	①ご飯②みそ汁(ほうれん草・玉ねぎ) ③スタミナ焼き ④カレーポテトサラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②南瓜プリン ③ほうれん草のみそ汁 ④フルーツ	米 じゃが芋 油 マヨネーズ	豚肉 牛乳 ヨーグルト 豆腐	胡瓜・ピーマン 人参・玉ねぎ 南瓜・キャベツ わかめ・長ねぎ
4	18	土	①牛乳	①肉味噌にゅうめん ②大豆とベーコンのソテー ③フルーツ	①牛乳 ②ジャムサンド ③玉ねぎのみそ汁 ④フルーツ	そうめん 食パン	豚肉 大豆 ベーコン・バター 牛乳	大根 人参 あさつき ほうれん草
6	20	月	①クラッカー	①ご飯②清汁(そうめん・みつば) ③鯖のマヨポン焼き ④ブロッコリーおかが和え ⑤フルーツ	①牛乳 ②きなこ揚げパン ③いんげんのすまし汁 ④フルーツ	米 ロールパン そうめん マヨネーズ	さわら 牛乳 黄な粉	しめじ ブロッコリー 人参 みつば
7	21	火	①牛乳	①麻婆ひじき丼 ②中華スープ(ねぎ・えのき) ③南瓜のチーズ焼き ④フルーツ	①オレンジジュース ②ミルクかん ③玉ねぎのみそ汁	米 南瓜 ごま油	豚ひき肉 チーズ・牛乳 ツナ	玉ねぎ・人参 ひじき・長ねぎ ねぎ・えのき みかん缶
8	22	水	①牛乳	①クロワッサン ②大豆のシチュー ③ブロッコリーともやしサラダ ④フルーツ	①牛乳 ②もみじご飯 ③ほうれん草のみそ汁 ④フルーツ	クロワッサン 米 じゃが芋 ごま	鶏肉・豚ひき肉 牛乳 大豆・小麦粉 卵	玉ねぎ・人参 もやし・コーン ブロッコリー 舞茸・ごぼう
9		木	①マンナ	①ほうとう(山梨メニュー) ②厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 ③フルーツ	①牛乳 ②味噌蒸しパン ③白菜のすまし汁 ④フルーツ	うどん麺 じゃが芋 ホットケーキミックス ごま	豚肉・豚ひき肉 油揚げ・卵 厚揚げ 牛乳	大根 人参 玉ねぎ 白菜 南瓜 いんげん
10	24	金	①ビスケット	①卵のふわふわ丼 ②みそ汁(板麩・ねぎ) ③キャベツの胡麻サラダ ④フルーツ	①牛乳 ②ピーチケーキ ③キャベツスープ ④フルーツ	米 お麩 じゃが芋 ホットケーキミックス	豆腐 鶏ひき肉 卵 バター 牛乳	玉葱 キャベツ 人参 もやし 胡瓜 長葱 桃缶
11	25	土	①牛乳	①サーモンクリームスパゲティ ②清汁(白菜・わかめ) ③じゃが芋のカレーソテー ④フルーツ	①牛乳 ②じゃこチャーハン ③玉ねぎのみそ汁 ④フルーツ	スパゲティ 小麦粉 じゃが芋 米・ごま油	サーモン ベーコン・バター ちりめんじゃこ 牛乳	ほうれん草 マッシュルーム 白菜・わかめ 人参・玉ねぎ・あさつき

★ 芋煮会★

2		木	①マンナ	①芋煮うどん ②ツナサラダ ③フルーツ	①牛乳 ②山菜おこわ ③ほうれん草のみそ汁 ④フルーツ	米 さつまいも じゃが芋 こんにゃく	豚肉 木綿豆腐 油揚げ シーチキン	しめじ 椎茸 絹さや 胡瓜 人参 キャベツ コーン 里芋・ごぼう
---	--	---	------	---------------------------	--------------------------------------	-----------------------------	----------------------------	---

★ 誕生日会★

17		金	①ビスケット	①チャーハン②中華スープ(にら・豆腐) ③鶏唐ネギソース ④春雨ナムル⑤チンゲン菜ソテー ⑥ミニトマト⑦フルーツ	①オレンジジュース ②誕生日ケーキ ③麩のみそ汁 ④フルーツ	米 ごま油・ごま	ベーコン 鶏肉 春雨 絹豆腐 バター	たけのこ・椎茸・チンゲン菜 グリーンピース・長葱・コーン 胡瓜・人参・もやし・キャベツ プチトマト・にら
----	---	---	--------	---	---	-------------	--------------------------	---