



日付	曜	初期食	
1	15/29 金	①つぶし粥 ②野菜スープ じゃが芋	③野菜マッシュ キャベツ・人参
2	16/30 土	①つぶし粥 ②野菜スープ キャベツ	③野菜マッシュ さつまいも・玉ねぎ
4	18 月	①つぶし粥 ②野菜スープ さつまいも	③野菜マッシュ 人参・白菜
5	19 火	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	③野菜マッシュ もやし・じゃがいも
6	20 水	①つぶし粥 ②野菜スープ もやし	③野菜マッシュ 人参・小松菜
7	水	①つぶし粥 ②野菜スープ キャベツ	③野菜マッシュ 玉ねぎ・胡瓜
8	22 木	①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ	③野菜マッシュ 白菜・人参
9	23 土	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	③野菜マッシュ 大根・胡瓜
11	25 月	①つぶし粥 ②野菜スープ チンゲン菜	③野菜マッシュ 人参・大根
12	26 火	①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ	③野菜マッシュ ピーマン・南瓜
13	27 火	①つぶし粥 ②野菜スープ アスパラ	③野菜マッシュ 玉ねぎ・人参
14	28 木	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	③野菜マッシュ 小松菜・白菜
21	☆ 木	①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ	③野菜マッシュ ブロッコリー・じゃが芋

☆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	中期後半	後 期 食
1	15/29 金	①5分がゆ ②チンゲン菜の清まし汁 ③ササミ煮 ④胡瓜と人参煮	①全がゆ ②チンゲン菜の清まし汁 ③ササミ煮 ④胡瓜と人参煮	①ゆかりごはん(軟飯) ②チンゲン菜の清まし汁 ③ササミ煮 ④胡瓜と人参煮
2	16/30 土	①にゅうめん(人参・玉葱) ②鶏そぼろとキャベツ煮 ③さつまいも煮	①にゅうめん(人参・玉葱) ②鶏そぼろとキャベツ煮 ③さつまいも煮	①にゅうめん(人参・玉葱) ②鶏そぼろとキャベツ炒め ③さつまいも煮
4	18 月	①5分がゆ ②さつまいもみそ汁 ③白身魚とコーン煮 ④白菜と人参煮	①全がゆ ②さつまいもみそ汁 ③白身魚とコーン煮 ④白菜と人参煮	①軟飯 ②さつまいもみそ汁 ③白身魚のコーンチーズ焼き ④白菜と人参炒め
5	19 火	①5分がゆ ②玉ねぎのスープ ③じゃが芋のそぼろあん ④もやしと人参煮	①全がゆ ②玉ねぎのスープ ③じゃが芋と人参のそぼろあん ④もやしと人参煮	①軟飯 ②玉ねぎのスープ ③じゃが芋と人参のそぼろあん ④もやしと人参サラダ
6	20 水	①5分がゆ ②麩のみそ汁 ③鶏ひき肉と人参煮 ④小松菜煮	①全がゆ ②麩のみそ汁 ③鶏挽肉と人参煮 ④小松菜煮	①軟飯 ②麩とわかめのみそ汁 ③レバー人参煮 ④小松菜サラダ
7	木	①パンがゆ ②じゃが芋ミルクスープ ③人参玉ねぎそぼろ煮 ④キャベツ煮	①トースト(パン粥) ②じゃが芋ミルクスープ ③人参玉ねぎそぼろ煮 ④キャベツ煮	①トースト ②じゃが芋ミルクスープ ③人参玉ねぎそぼろ煮 ④キャベツソテー
8	22 金	①軟飯 ②人参のすまし汁 ③野菜のそぼろ煮 ④コーンとキャベツ煮	①軟飯 ②人参のすまし汁 ③野菜のそぼろ煮 ④コーンとキャベツ煮	①軟飯 ②人参のすまし汁 ③中華丼風 ④コーンとキャベツのサラダ
9	23 土	①煮込みうどん(鶏ひき肉・人参) ②大根の挽肉あん	①煮込みうどん(鶏ひき肉・人参) ②大根の挽肉あん ③フルーツ煮	①煮込みうどん(鶏ひき肉・人参) ②大根の挽肉あん ③フルーツ煮
11	25 月	①5分がゆ ②清汁(白菜) ③白身魚煮 ④大根と人参煮	①全がゆ ②清汁(白菜) ③白身魚煮 ④大根と人参煮	①軟飯 ②清汁(白菜) ③白身魚の味噌焼き ④大根と人参煮
12	26 火	①5分がゆ ②南瓜のみそ汁 ③鶏挽き肉と人参煮 ④トマト煮	①全がゆ ②南瓜のみそ汁 ③鶏挽き肉と人参煮 ④トマト煮	①軟飯 ②南瓜のみそ汁 ③鶏レバーと人参炒め ④トマト煮
13	27 水	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・野菜) ②もよしのスープ ③じゃが芋アスパラ煮	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・野菜) ②もよしのスープ ③じゃが芋アスパラ煮	①あんかけパスタ(鶏ひき肉・野菜) ②もよしのスープ ③じゃが芋アスパラのサラダ
14	28 木	①5分がゆ ②白菜のみそ汁 ③鶏肉煮 ④小松菜人参煮	①全がゆ ②白菜のみそ汁 ③鶏肉と人参煮 ④小松菜人参煮	①軟飯 ②白菜のみそ汁 ③鶏の唐揚げ ④小松菜人参ソテー
21	☆ 木	①5分がゆ ②玉ねぎスープ ③野菜そぼろ煮 ④ブロッコリー煮	①全がゆ ②玉ねぎスープ ③煮こみハンバーグ ④ブロッコリー煮	①軟飯 ②玉ねぎスープ ③煮こみハンバーグ ④ブロッコリー煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります



日付	曜	午後食			
		中期前半	中期後半	後期食	
1	15/29	金	①5分がゆ ②かぶのみそ汁 ③豆腐野菜煮 ④いんげん煮	①全がゆ ②かぶのみそ汁 ③豆腐野菜煮 ④いんげん煮	①軟飯 ②かぶのみそ汁 ③豆腐野菜煮 ④いんげん炒め
2	16/30	土	①5分がゆ ②白菜のみそ汁 ③しらすと玉ねぎ煮 ④人参と野菜煮	①全がゆ ②白菜のみそ汁 ③しらすと玉ねぎ煮 ④きなこ人参	①軟飯 ②白菜のみそ汁 ③しらすと玉ねぎの煮 ④きなこ人参
4	18	月	①パン粥 ②たまねぎスープ ③鶏ひき肉と豆腐煮 ④さつまいも煮	①蒸しパン ②玉ねぎのスープ ③鶏ひき肉と豆腐煮 ④さつまいも煮	①蒸しパン ②玉ねぎのスープ ③鶏レバーと豆腐ソテー ④さつまいも煮
5	19	火	①煮込みうどん (もやし・人参) ②ささみ煮 ③野菜煮	①煮込みうどん (もやし・人参) ②ささみ煮 ③フルーツ	①煮込みうどん (もやし・人参) ②ササミ唐揚げ ③フルーツ
6	20	水	①5分がゆ ②人参の清まし汁 ③白身魚煮 ④小松菜煮	①全がゆ ②人参の清まし汁 ③白身魚煮 ④小松菜煮	①軟飯 ②人参の清まし汁 ③白身魚の磯辺焼き ④小松菜の和え物
7	/	木	①5分がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③しらすとキャベツ煮 ④南瓜煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③しらすとキャベツ煮 ④南瓜煮	①チーズのおにぎり (軟飯) ②玉ねぎのみそ汁 ③しらすとキャベツ煮 ④ふかし南瓜
8	22	金	①5分がゆ ②チンゲン菜の清まし汁 ③キャベツと挽肉煮 ④さつまいも煮	①全がゆ ②小松菜の清まし汁 ③鶏肉キャベツ煮 ④さつまいも煮	①軟飯 ②小松菜の清まし汁 ③鶏肉キャベツ炒め ④さつまいもごま煮
9	23	土	①5分がゆ ②大根の清まし汁 ③白身魚煮 ④たまねぎ煮	①全がゆ ②大根の清まし汁 ③白身魚煮 ④たまねぎ煮	①軟飯 ②大根の清まし汁 ③白身魚△ニエル ④たまねぎ煮
11	25	月	①にゅうめん (白菜・人参) ②豆腐の味噌煮 ③もやし煮	①にゅうめん (白菜・人参) ②豆腐の味噌煮 ③フルーツ煮	①にゅうめん (白菜・人参) ②豆腐の味噌煮 ③フルーツ煮
12	26	火	①パンがゆ ②玉葱のスープ ③白身魚煮 ④小松菜と人参煮	①みそ蒸しぱん ②玉葱のスープ ③白身魚の煮つけ ④小松菜と人参煮	①みそ蒸しぱん ②玉葱のスープ ③白身魚のフライ ④小松菜と人参サラダ
13	27	水	①5分がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③人参としらす煮 ④もやしとコーン煮	①全がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③人参としらす煮 ④もやしとコーン煮	①軟飯 ②じゃが芋のみそ汁 ③人参としらす煮 ④もやしとコーン炒め
14	28	木	①煮込みうどん (かぶ・人参) ②豆腐といんげん煮 ③野菜煮	①煮込みうどん (かぶ・人参) ②豆腐といんげん煮 ③フルーツ	①煮込みうどん (かぶ・人参) ②豆腐といんげんソテー ③フルーツ
21	☆	木	①5分がゆ ②玉ねぎのスープ ③白身魚煮 ④きゅうり人参煮	①5分がゆ ②玉ねぎのスープ ③白身魚煮 ④きゅうり人参煮	①軟飯 ②玉ねぎのスープ ③白身魚煮 ④きゅうり人参煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります



日付	曜	午前おやつ	午前食	午後食	主な材料		
					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
1	15/29	金	①マンナ ①親子丼 ②みそ汁 (長ネギ・わかめ) ③キャベツのツナマヨ和え ④フルーツ	①オレンジジュース②フルーツ ③ミルクかん ④かぶのみそ汁	米・油 じゃが芋	鶏肉 卵 牛乳 味噌	きゅうり わかめ・人参 キャベツ
2	16/30	土	①牛乳 ①ちゃんぽんにゅうめん ②ウィンナーのケチャップソテー ③フルーツ	①牛乳②フルーツ ③大学芋 ④白菜のみそ汁	そうめん さつまいも ごま	ウィンナー 豚肉 えび 牛乳	人参・にら キャベツ もやし・玉ねぎ ピーマン
4	18	月	①クラッカー ①ご飯②みそ汁 (さつまいも・玉葱) ③鮭のピザ風味焼き ④白菜のおかか炒め ⑤フルーツ	①牛乳②フルーツ ③ピーチケーキ ④玉ねぎのスープ	米 さつまいも ホットケーキミックス	鮭・牛乳 卵・バター チーズ 味噌	白菜・玉ねぎ にんにく・もやし ピーマン 人参・コーン
5	19	火	①マンナ ①豆腐とひき肉カレー ②中華スープ (春雨・人参) ③もやしとわかめの和え物 ④フルーツ	①牛乳②フルーツ ③コーンマヨトースト ④もやしのスープ	米 食パン じゃが芋 油・マヨネーズ	絹豆腐 豚ひき肉 春雨 牛乳	人参・玉ねぎ もやし・コーン
6	20	水	①ビスケット ①ご飯②みそ汁 (わかめ・なめこ) ③鶏肉のマーマレード焼き ④ごぼうサラダ ⑤フルーツ	①牛乳②フルーツ ③お好み焼き ④人参のスープ	米・油 小麦粉	鶏肉 牛乳 味噌 卵	もやし・キャベツ 人参・小松菜 わかめ・なめこ ごぼう
7	/	木	①牛乳 ①バターロール ②オーロラシチュー ③マカロニサラダ ④フルーツ	①牛乳②フルーツ ③梅と胡麻のおにぎり ④玉ねぎのみそ汁	米・油 バターロール じゃが芋・ごま バター・マカロニ	鶏肉 牛乳	人参・玉ねぎ キャベツ・胡瓜 梅干
8	22	金	①マンナ ①中華丼 ②中華スープ ③もやしとわかめの和え物 ④フルーツ	①グレープジュース②フルーツ ③パバロア ④人参の清まし汁	米・油	豚肉・豆腐 ホイップクリーム 牛乳	白菜・人参 椎茸・にら もやし・コーン わかめ・玉ねぎ
9	23	土	①牛乳 ①カレーうどん ②大根の肉味噌かけ ③フルーツ	①牛乳②フルーツ ③中華おこわ ④大根のスープ	米 乾うどん こんにゃく	豚肉 油揚げ 牛乳	大根・人参 長ねぎ 人参・きゅうり
11	25	月	①クラッカー ①わかめごはん②清汁 (チンゲン菜・春雨) ③さわらの味噌焼き ④大根と油あげの煮物 ⑤フルーツ	①牛乳②フルーツ ③あげパン ④白菜の清汁	米 ロールパン 油	さわら 春雨・油揚げ 牛乳	キャベツ・人参 大根 チンゲン菜 わかめ
12	26	火	①マンナ ①ご飯②みそ汁 (南瓜・あさつき) ③豚肉とピーマンの炒め物 ④冷やしトマト ⑤フルーツ	①牛乳②フルーツ ③味噌蒸しぱん ④玉ねぎのスープ	米・油 ホットケーキミックス ごま	豚肉 味噌 卵 牛乳	南瓜・あさつき ピーマン・人参 玉ねぎ・たけのこ トマト
13	27	水	①ビスケット ①ジャージャー麺 ②スープ (にら・もやし) ③じゃが芋とアスパラ炒め ④フルーツ	①牛乳②フルーツ ③カレーピラフ ④じゃが芋のみそ汁	中華麺・油 じゃが芋	豚ひき肉 牛乳 ベーコン 卵・バター	人参・玉ねぎ たけのこ・胡瓜 にら・もやし アスパラ・コーン・ピーマン
14	28	木	①牛乳 ①ご飯②清汁 (白菜・椎茸) ③鶏唐レモンソース ④小松菜の千草和え ⑤フルーツ	①牛乳②フルーツ ③チーズ蒸しぱん ④豆腐のみそ汁	米・油 しらたき 小麦粉	鶏肉・油揚げ 牛乳 バター・粉チーズ	椎茸・白菜 小松菜・もやし 人参
21	☆	木	①クラッカー ①ツナピラフ②スープ (玉ねぎ・ベーコン) ③チーズハンバーグトマトソース ④コーンサラダ⑤粉ふき芋⑥ブロッコリー ⑦フルーツ	①誕生日ケーキ ②牛乳	米・じゃが芋 油	豚ひき肉 バター・ツナ 牛乳・卵 ベーコン・チーズ	コーン・人参 ピーマン・玉ねぎ ブロッコリー・胡瓜 トマト・キャベツ

★お誕生日会★

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。