

# 献立表



あさひなのはな保育室

1日	2日	3日
木	金	土
午前おやつ セサミビスケット	午前おやつ 小魚せんべい	午前おやつ フレーンビスケット
ひじきご飯 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草としめじのおかか和え みそ汁(わかめ・豆腐) パイナップル	ご飯 肉じゃが ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁(小松菜・大根) バナナ	野菜たっぷりうどん しゅうまい ミニゼリー
午後おやつ 肉まん	午後おやつ レtasチャーハン	午後おやつ ゆかりしらすおにぎり

5日	6日	7日	8日	9日	10日
月	火	水	木	金	土
午前おやつ フレーンビスケット	午前おやつ クリームサンドビスケット	午前おやつ 塩せんべい	午前おやつ セサミビスケット	午前おやつ 小魚せんべい	午前おやつ フレーンビスケット
ご飯 マーボー豆腐 小松菜としらす和え みそ汁(キャベツ・人参) ぶどうゼリー	ご飯 コーンフ레이크チキン 春雨サラダ みそ汁(ほうれん草・じゃが芋) みかん	ハヤシライス キャベツとコーンのコールスロー コンソメスープ(ブロッコリー・もやし) バナナ	ご飯 豚肉とピーマンのチャップチェ風 マカロニサラダ みそ汁(なす・豆腐) もも	ご飯 さわらのごま照り焼き もやしときゅうりのナムル 豚汁 パイナップル	ナポリタンスパゲッティ 肉団子入り野菜スープ ミニゼリー
午後おやつ おいなりさん	午後おやつ フルーツクレープ	午後おやつ きな粉プリン・ビスケット	午後おやつ ニラとコーンのチヂミ	午後おやつ そぼろ青菜おにぎり	午後おやつ ひじきおにぎり

12日	13日	14日	15日	16日	17日
月	火	水	木	金	土
午前おやつ フレーンビスケット	午前おやつ クリームサンドビスケット	午前おやつ 塩せんべい	午前おやつ セサミビスケット	午前おやつ 小魚せんべい	午前おやつ フレーンビスケット
わかめご飯 野菜ミートコロッケ ほうれん草の納豆和え みそ汁(わかめ・玉ねぎ) もも	ご飯 チンジャオロース ブロッコリーとカリカリ油揚げのサラダ 中華スープ(小松菜・えのきだけ) フルーツヨーグルト	鮭ときのこの炊き込みご飯 鶏肉と根菜の煮物 白菜と人参の塩昆布和え みそ汁(ほうれん草・里芋) パイナップル	ご飯 オーロラソースハンバーグ スパゲッティサラダ コンソメスープ(キャベツ・コーン) バナナ	ご飯 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 キャベツのゆかり和え みそ汁(大根・人参) あじさいゼリー	ひき肉チャーハン チキンナゲット 野菜スープ ミニゼリー
午後おやつ ごましらすおにぎり	午後おやつ クリスピーピザ	午後おやつ そぼろめし	午後おやつ スティックパン	午後おやつ ツナ昆布おにぎり	午後おやつ かぼちゃパンケーキ

19日	20日	21日	22日	23日	24日
月	火	水	木	金	土
午前おやつ フレーンビスケット	午前おやつ クリームサンドビスケット	午前おやつ 塩せんべい	午前おやつ セサミビスケット	午前おやつ 小魚せんべい	午前おやつ フレーンビスケット
ごま塩ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃときゅうりのサラダ みそ汁(小松菜・じゃが芋) パイナップル	ご飯 鶏のからあげ 三色ナムル みそ汁(なす・豆腐) バナナ	ご飯 高野豆腐の肉巻き ポテトサラダ わかめスープ もも	ご飯 鶏肉とキャベツの照り焼き ブロッコリーとひじきのサラダ みそ汁(白菜・お麩) 乳酸菌ゼリー	切干大根入りビビンバ ポテトフライ 野菜スープ(ほうれん草・玉ねぎ) みかん	ツナとブロッコリーの和風パスタ 肉団子入り野菜スープ ミニゼリー
午後おやつ きな粉ご飯団子	午後おやつ 鮭とねぎのチャーハン	午後おやつ 小松菜おやき	午後おやつ ツナマヨコーンサンドイッチ	午後おやつ お誕生日ケーキ	午後おやつ 枝豆昆布おにぎり

26日	27日	28日	29日	30日
月	火	水	木	金
午前おやつ フレーンビスケット	午前おやつ クリームサンドビスケット	午前おやつ 塩せんべい	午前おやつ セサミビスケット	午前おやつ 小魚せんべい
ご飯 厚揚げとチンゲン菜のそぼろ煮 ピーマンのしらす和え みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) みかん	ご飯 鶏肉としめじのケチャップ煮 豆苗ごまつなわかめ みそ汁(ほうれん草・人参) もも	ひじきご飯 白身魚の南蛮漬 いんげんと里芋のおかか和え けんちん汁 バナナ	ご飯 豚肉の味噌カツ 小松菜とちくわ和え みそ汁(キャベツ・もやし) パイナップル	カレーライス キャベツと人参のごまサラダ コンソメスープ(ブロッコリー・コーン) フルーツヨーグルト
午後おやつ ひじきおにぎり	午後おやつ きつねうどん	午後おやつ 焼きおにぎり	午後おやつ お好み焼き	午後おやつ ジャムサンド



※仕入れにより、献立を変更する場合があります。  
※午後おやつには牛乳を飲みます。