



マイフレンズ保育園 給食予定献立表



日付	曜日	昼食	アレルギー対応	離乳食			おやつ(午後)		
				完了期 (はくばく期)	後期 (かみかみ期)	中期 (もぐもぐ期)	献立	アレルギー対応	完了期
1	水	野菜たっぷりうどん 鶏の天ぷら バナナ		野菜たっぷりうどん 鶏の焼き物 バナナ	野菜煮込みうどん ササミと野菜の煮物 バナナ	野菜煮込みうどん ササミと野菜の煮物 バナナ	おかかおにぎり お茶		おかかおにぎり お茶
2	木	★豆腐の日 ごはん フーチャンプルー 南瓜の煮物 黄桃缶 豆腐入りもずくスープ	●卵無しフーチャンプルー	ごはん フーチャンプルー 南瓜の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 豆腐と野菜の煮物 南瓜の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 豆腐と野菜の煮物 南瓜の煮物 フルーツ 野菜スープ	ドーナツ 牛乳		お茶 焼きドーナツ お茶
3	金	ごはん 白身魚のトマト煮 野菜ソテー オレンジ コーンクリームスープ		ごはん 白身魚のトマト煮 野菜ソテー オレンジ コーンクリームスープ(薄味)	お粥 白身魚と野菜の煮物 キャベツの煮物 オレンジ 野菜スープ	お粥 白身魚と野菜の煮物 キャベツの煮物 オレンジ 野菜スープ	スクエアパンパンキンパンケーキ 牛乳	●卵無し パンパンキンパンケーキ	スクエアパンパンキンパンケーキ お茶
4	土	とりそぼろ丼 白菜の赤しそ和え 白桃缶 みそ汁		とりそぼろ丼 白菜の赤しそ和え 白桃缶 みそ汁	お粥・野菜のそぼろ煮 白菜の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥・野菜のそぼろ煮 白菜の煮物 フルーツ 野菜スープ	ソフトサラダ お茶		ソフトサラダ お茶
6	月	ごはん 魚のカレーソテー パンパンキンサラダ みかん缶 すまし汁	●パンパンキンサラダ(マヨドレ)	ごはん 白身魚のカレーソテー パンパンキンサラダ みかん缶 すまし汁	お粥 白身魚と野菜の煮物 南瓜の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 白身魚と野菜の煮物 南瓜の煮物 フルーツ 野菜スープ	フルーツゼリー ソフトせんべい		フルーツゼリー ソフトせんべい
7	火	もずく丼 白菜の中華和え ゼリー みそ汁		もずく丼 白菜の中華和え ゼリー みそ汁	お粥・野菜のそぼろ煮 白菜の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥・野菜のそぼろ煮 白菜の煮物 フルーツ 野菜スープ	揚げじゃがチーズ味 牛乳		焼きじゃがチーズ味 お茶
8	水	ナポリタンスパゲティ 白桃缶 コンソメスープ	●ナポリタンスパゲティ(乾麺)	ナポリタンスパゲティ 白桃缶 コンソメスープ	煮込みうどん さつま芋の煮物 フルーツ	煮込みうどん さつま芋の煮物 フルーツ	そぼろおにぎり お茶		そぼろおにぎり お茶
9	木	【お弁当日】					サーターアランダギー 牛乳	●卵無し サーターアランダギー	焼きドーナツ お茶
10	金	★マグロの日 ごはん 豆腐ハンバーグ マグロ入り人参しりしり バナナ 中華スープ	●卵無し豆腐ハンバーグ ●卵無しマグロ入り人参しりしり	ごはん 豆腐ハンバーグ マグロ入り人参しりしり バナナ 中華スープ	お粥 豆腐と野菜の煮物 人参の煮物 バナナ 野菜スープ	お粥 豆腐と野菜の煮物 人参の煮物 バナナ 野菜スープ	きなこトースト 牛乳		きなこトースト お茶
11	土	豚丼 ササミとブロッコリーの酢の物 黄桃缶 すまし汁		豚丼 ササミとブロッコリーの酢の物 黄桃缶 すまし汁	お粥・豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥・豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	ほたほた焼 お茶		ほたほた焼 お茶
14	火	ごはん 鶏肉の生姜焼き ウィンナーとキャベツのソテー ハイン缶 みそ汁		ごはん 鶏肉の生姜焼き ウィンナーとキャベツのソテー ハイン缶 みそ汁	お粥 ササミと野菜の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 ササミと野菜の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	ショートブレッド 牛乳		ショートブレッド お茶
15	水	ハヤシライス 野菜たっぷりスープ ゼリー		ハヤシライス(薄味) 野菜たっぷりスープ ゼリー	お粥・じゃが芋のそぼろ煮 白菜の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥・じゃが芋のそぼろ煮 白菜の煮物 フルーツ 野菜スープ	シークワサーケーキ 牛乳		シークワサーケーキ お茶
16	木	ごはん ガーリックフィッシュ 切干大根のごまサラダ 黄桃缶 コンソメスープ	●切干大根のごまサラダ(マヨドレ)	ごはん ガーリックフィッシュ 切干大根のごまサラダ 黄桃缶 コンソメスープ	お粥 白身魚と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 白身魚と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	ジャムサンド 牛乳		ジャムサンド お茶
17	金	★沖縄そばの日 沖縄野菜そば 鶏肉の赤しそ焼き バナナ		沖縄野菜そば 鶏肉の赤しそ焼き バナナ	野菜煮込みうどん ササミの煮物 バナナ	野菜煮込みうどん ササミの煮物 バナナ	わかめおにぎり お茶		わかめおにぎり お茶
18	土	五目炒飯 野菜ナムル みかん缶 すまし汁		五目炒飯 野菜ナムル みかん缶 すまし汁	お粥・野菜のそぼろ煮 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥・野菜のそぼろ煮 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ			お粥・野菜のそぼろ煮 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ
20	月	ごはん 魚のピザ焼 切干大根の煮物 ハイン缶 みそ汁		ごはん 魚のピザ焼 切干大根の煮物 ハイン缶 みそ汁	お粥 白身魚と野菜の煮物 野菜の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 白身魚と野菜の煮物 野菜の煮物 フルーツ 野菜スープ	ごまちゃんすこう 牛乳		ごまちゃんすこう お茶
21	火	ごはん 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーサラダ みかん缶 コンソメスープ		ごはん 鶏肉の焼き物 ブロッコリーサラダ みかん缶 コンソメスープ	お粥 ササミと野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 ササミと野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	みかんヨーグルト 五穀ビスケット		みかんヨーグルト 乳児用お菓子
22	水	ごはん 豚肉とシブイの煮物 納豆みそ バナナ 粥スープ	●卵無しスープ	ごはん 豚肉とシブイの煮物 納豆みそ バナナ 粥スープ	お粥 冬瓜のそぼろ煮 小松菜の煮物 バナナ 野菜スープ	お粥 冬瓜のそぼろ煮 小松菜の煮物 バナナ 野菜スープ	磯辺フライドポテト 牛乳		磯辺フライドポテト お茶
23	木	五目うどん ちくわの磯辺炒め オレンジ		五目うどん ちくわの磯辺炒め オレンジ	煮込みうどん 南瓜の煮物 オレンジ	煮込みうどん 南瓜の煮物 オレンジ	ツナ味噌おにぎり お茶		ツナ味噌おにぎり お茶
24	金	カレーライス 野菜たっぷりスープ ゼリー		カレーライス(薄味) 野菜たっぷりスープ ゼリー	お粥・じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥・じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	メロンパン風トースト 牛乳		メロンパン風トースト お茶
25	土	豚肉ときのこのとろとろ丼 オクラのシークワサー酢の物 黄桃缶 すまし汁		豚肉ときのこのとろとろ丼 オクラのシークワサー酢の物 黄桃缶 すまし汁	お粥・豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥・豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ	五穀ビスケット お茶		五穀ビスケット お茶
27	月	ごはん 魚の照焼き キャベツのごまサラダ みかん缶 みそ汁	●キャベツのごまサラダ(マヨドレ)	ごはん 白身魚の照焼き キャベツのごまサラダ みかん缶 みそ汁	お粥 白身魚と野菜の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 白身魚と野菜の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	ひらやーちー 牛乳		ひらやーちー お茶
28	火	ごはん チリコンカン風 ひじきとコーンのサラダ ゼリー コンソメスープ	●ハム無しひじきとコーンのサラダ	ごはん チリコンカン風 ひじきとコーンのサラダ ゼリー コンソメスープ	お粥 じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の煮物 フルーツ 野菜スープ	フルーツボンチ 豆乳ウエハース		フルーツボンチ 豆乳ウエハース
29	水	味噌ラーメン 白菜のナムル バナナ		味噌ラーメン 白菜のナムル バナナ	味噌煮込みうどん 白菜の煮物 バナナ	味噌煮込みうどん 白菜の煮物 バナナ	菜めしおにぎり お茶		菜めしおにぎり お茶
30	木	豆腐のふわふわ丼 キャベツの中華和え 白桃缶 すまし汁	●卵無し豆腐のふわふわ丼	豆腐のふわふわ丼 キャベツの中華和え 白桃缶 すまし汁	お粥・豆腐と野菜の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥・豆腐と野菜の煮物 キャベツの煮物 フルーツ 野菜スープ	じゃがちゃん 牛乳		焼きじゃが芋 お茶
31	金	★ハロウィン ケチャップライス ミニフライドチキン ブロッコリーの野菜ソテー ハイン缶 パンパンキンクリームスープ		ケチャップライス 鶏肉の焼き物 ブロッコリーの野菜ソテー ハイン缶 野菜スープ	お粥 ササミと南瓜の煮物 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	お粥 ササミと南瓜の煮物 ブロッコリーの煮物 フルーツ 野菜スープ	ハロウィンクッキー 牛乳		ハロウィンクッキー お茶

※ アレルギーマークは【●卵 ◆落花生】のみ表示しています。
※ 天候や仕入れの都合により献立を変更する場合があります。
※ 五穀ビスケット・ほたほた焼き・ソフトせんべい・量食べよのおやつは、0.1歳児には乳児用菓子に変更 しています。

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

3歳以上用	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
3歳未満用	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)

献立作成：一富士フードサービス