

令和8年度										
日 曜	献立	材料	おやつ	材料	日 曜	献立	材料	おやつ	材料	
1 木	カレーライス	米・強化米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・醤油・ルウ	牛乳	普通牛乳	17 土	牛肉のみそ丼	米・強化米・牛肉・玉葱・人参・チンゲン菜・パプリカ・みそ 醤油・三温糖・酒	牛乳	普通牛乳	
	ブロッコリーのおかか和え フルーツ	ブロッコリー・パプリカ・コン・鰹節・醤油 バナナ	ハムマヨトースト	食パン・玉葱・ハム マヨネーズ・パセリ		春雨サラダ	春雨・きゅうり・もやし・酢・醤油・三温糖・ごま油	ミレービスケット		
2 金	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		19 月	中華スープ	じゃが芋・コン・中華だし・醤油・塩		
	チーズオムレツ	卵・ベーコン・玉葱・ほうれん草・ビザ用チーズ・牛乳・塩・コショウ・ケチャップ	スクーン	小麦粉・卵・バター ベーキングパウダー			デザート	ゼリー		
	ペンネソテー	ペンネ・トマト・パセリ・ニンニク・塩・オリーブ油			ご飯		米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	◆はすのさんばい	蓮根・人参・油揚げ・酢・塩・酒・三温糖・醤油・みりん			カレイの洋風焼き		カレイ・パプリカ・コン・ケチャップ・マヨネーズ・塩・コショウ	麴ラスク	麴・バター・グラニュー糖	
3 土	すまし汁	なめこ・南瓜・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩			20 火	切干大根の旨煮	切干大根・椎茸・インゲン・醤油・三温糖・だし			
	チャーハン	米・強化米・ウインナー・玉葱・ピーマン・卵・塩・コショウ・醤油	牛乳	普通牛乳		みそ汁	さつま芋・わかめ・鰹節・昆布・みそ			
	人参のサラダ	人参・きゅうり・コン・ツナ・醤油・酢・三温糖・油	畑のクラッカー			フルーツ	オレンジ			
	中華スープ	しめじ・葱・中華だし・醤油・塩				ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
5 月	デザート	ゼリー			21 水	豆腐チャンプルー	豆腐・豚肉・にら・もやし・卵・中華だし・ごま油・醤油	パンプリン	食パン・卵・牛乳 三温糖・バニラエッセンス	
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		青菜としらすの和え物	小松菜・しらす・かまぼこ・えのき・わかめ・醤油・三温糖・だし			
	カレイの煮付け	カレイ・生姜・醤油・三温糖	水ようかん	こしあん・寒天 三温糖		ひじきの炒め物	ひじき・人参・しめじ・コン・インゲン・醤油・三温糖・ごま油			
	大根とあげの煮物	大根・人参・油揚げ・だし・醤油・三温糖・酒・塩				すまし汁	白菜・玉葱・葱・鰹節・昆布・醤油・塩			
6 火	きゅうりのサラダ	きゅうり・トマト・人参・ツナ・酢・醤油・三温糖・ごま油			22 木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	すまし汁	玉葱・なめこ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩				鯖の煮付け	鯖・生姜・醤油・三温糖	南瓜マフィン	ホットケーキ粉・バター・卵 三温糖・南瓜	
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		そうめんチャンプルー	そうめん・豚挽肉・人参・もやし・ニラ・ごま油・醤油・塩・コショウ			
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ・青のり・てんぷら粉・塩	チーズ春巻き	春巻きの皮 ビザ用チーズ・パセリ		さつま芋のサラダ	さつま芋・パプリカ・きゅうり・干しぶどう・酢・油・塩			
7 水	大豆のサラダ	大豆・キャベツ・きゅうり・人参・卵・マヨネーズ・塩・コショウ			23 金	みそ汁	なす・もやし・わかめ・鰹節・昆布・みそ			
	蓮根のきんぴら	蓮根・人参・インゲン・糸こんにゃく・ごま・醤油・三温糖				ロールパン	ロールパン	牛乳	普通牛乳	
	みそ汁	麴・わかめ・切干大根・鰹節・昆布・みそ				★アルペンマカロニ	マカロニ・じゃが芋・玉葱・ベーコン・りんごジャム・チーズ・生クリーム・バター コンソメ・塩・コショウ	おにぎり	米・強化米・しらす わかめ・ごま・塩	
	☆誕生会メニュー☆					ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー・パプリカ・コン・きゅうり・酢・油・塩			
8 木	牛肉寿司	米・強化米・牛肉・ごぼう・絹さや・コン・ごま・昆布・醤油・酢・塩 三温糖	牛乳	普通牛乳	24 土	ミネストローネ	キャベツ・人参・玉葱・セリ・トマト缶・ケチャップ・三温糖・醤油・コンソメ 塩・コショウ・オリーブ油			
	豆腐サラダ	豆腐・ブロッコリー・人参・わかめ・だし・三温糖・醤油	スイートポテトケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー バニラエッセンス・バター・三温糖		フルーツ	バナナ	牛乳	普通牛乳	
	南瓜の煮物	南瓜・醤油・三温糖				ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	すまし汁	大根・えのき・葱・鰹節・昆布・醤油・塩				厚焼き玉子	卵・玉葱・鶏挽肉・グリーンピース・だし・醤油・三温糖	鉄カルウエハース		
9 金	フルーツ	バナナ			25 日	きゅうりの昆布和え	きゅうり・大根・わかめ・塩・昆布・醤油			
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		さつま芋の甘煮	さつま芋・三温糖・塩			
	チキンチキンごぼう	鶏肉・ごぼう・玉葱・人参・片栗粉・醤油・三温糖	いちごヨーグルト	ヨーグルト・三温糖 いちごジャム		◆のっぺい汁	里芋・人参・ごぼう・椎茸・糸こんにゃく・鰹節・昆布・塩・三温糖・醤油			
	ピーマンの和え物	ピーマン・ツナ・パプリカ・コン・酢・塩・油				ハヤシライス	米・強化米・牛肉・玉葱・人参・なす・しめじ・エリンギ トマト缶・ルウ・ケチャップ・塩	牛乳	普通牛乳	
10 土	みそ汁	小松菜・しめじ・鰹節・昆布・みそ			26 月	トマト缶	米・強化米・牛肉・玉葱・人参・なす・しめじ・エリンギ トマト缶・ルウ・ケチャップ・塩	水族館クッキー		
	フルーツ	オレンジ				南瓜のサラダ	南瓜・きゅうり・コン・酢・油・塩			
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		フルーツ	オレンジ			
	鯖のカレー煮	鯖・醤油・だし・カレー粉・三温糖	シュガーパイ	パイシート・グラニュー糖		ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
11 日	チンゲン菜の和え物	チンゲン菜・パプリカ・コン・酢・醤油・三温糖・ごま油			27 火	鯖の幽庵焼き	鯖・ゆず・醤油・三温糖	バナナヨーグルト	ヨーグルト・三温糖 バナナ	
	切干大根の煮物	切干大根・人参・グリーンピース・だし・醤油・三温糖				じゃが芋のサラダ	じゃが芋・人参・きゅうり・ごま・酢・醤油・三温糖			
	すまし汁	白菜・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩				大豆のトマト煮	大豆・牛挽肉・玉葱・ニンニク・トマト缶・小麦粉・ケチャップ・コンソメ・塩・コショウ			
	五目うどん	うどん・豚肉・人参・白菜・わかめ・かまぼこ・葱・椎茸 鰹節・昆布・醤油・みりん	牛乳	普通牛乳		みそ汁	ほうれん草・油揚げ・鰹節・昆布・みそ			
12 月	ツナサラダ	ブロッコリー・パプリカ・コン・ツナ・酢・塩・油	あまからせん		28 水	お弁当日		牛乳	普通牛乳	
	フルーツ	もも缶				カスタード クリームパン				
	運動会					きのこご飯	米・強化米・しめじ・椎茸・えのき・油揚げ・三つ葉・昆布・醤油・酒	牛乳	普通牛乳	
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		豚肉の生姜焼き	豚肉・玉葱・生姜・醤油・三温糖	焼き芋	さつま芋・塩	
13 火	鯖の竜田焼き	鯖・生姜・醤油・みりん・片栗粉	人参ケーキ	人参・小麦粉・グラニュー糖 ベーキングパウダー・卵 レモン・油	29 木	春雨の酢の物	春雨・きゅうり・人参・ほうれん草・ちくわ・ごま・酢・醤油・三温糖			
	カリフラワーのサラダ	カリフラワー・パプリカ・ほうれん草・マヨネーズ・塩・コショウ				すまし汁	大根・麴・葱・鰹節・昆布・醤油・塩			
	★レシユティ	じゃが芋・塩・コショウ・バター・チーズ・片栗粉				フルーツ	柿			
	すまし汁	白菜・油揚げ・わかめ・昆布・鰹節・醤油・塩				ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
14 水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	30 金	鮭の塩焼き	鮭・塩	ごまスティック	小麦粉・強力粉 三温糖・バター・黒ごま ドライースト	
	酢豚	豚肉・玉葱・椎茸・ピーマン・筍・酢・醤油・三温糖・ケチャップ だし・片栗粉	きな粉パン	食パン・きな粉・バター 三温糖		高野豆腐の卵とじ	高野豆腐・卵・人参・葱・だし・醤油・三温糖			
	卵サラダ	卵・キャベツ・人参・貝割れ大根・マヨネーズ・塩・コショウ				チンゲン菜の酢の物	チンゲン菜・キャベツ・トマト・ごま・酢・醤油・三温糖			
	みそ汁	豆腐・麴・葱・鰹節・昆布・みそ				みそ汁	南瓜・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ			
15 木	フルーツ	柿			31 土	ご飯	米・強化米・ケチャップ	お茶	麦茶	
	食パン(イチゴジャム)	食パン・イチゴジャム	牛乳	普通牛乳		煮込みハンバーグ	合挽肉・玉葱・片栗粉・パン粉・牛乳・ケチャップ・ソース・三温糖・塩・コショウ	おばけ餃子	餃子の皮・さつま芋 バター・三温糖・牛乳 のり	
	チキンカツ	鶏肉・ニンニク・塩・米粉・パン粉・ケチャップ	五平餅	米・強化米・みそ 三温糖・ごま		ハロウィンサラダ	キャベツ・きゅうり・コン・人参・大根・酢・オリーブ油・塩・三温糖・醤油			
	大根と水菜のサラダ	大根・水菜・きゅうり・パプリカ・酢・油・塩				南瓜のポタージュスープ	南瓜・玉葱・牛乳・バター・小麦粉・塩・コショウ・コンソメ・三温糖			
16 金	コンソメスープ	キャベツ・人参・グリーンピース・コンソメ・塩・コショウ・醤油			朝のおやつ	デザート	ゼリー			
	フルーツ	オレンジ				焼きそば	中華麺・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・青のり・鰹節 ソース・塩・コショウ	牛乳	普通牛乳	
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		酢の物	白菜・きゅうり・しらす・酢・三温糖・醤油	あまからせん		
	玉子焼き	卵・ツナ・グリーンピース・だし・醤油・三温糖	ぶどうゼリー	ぶどうジュース 三温糖・寒天 もも缶		すまし汁	豆腐・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩			
17 土	ひじき納豆	納豆・ひじき・醤油・ごま油			朝のおやつ	フルーツ	バナナ			
	里芋の煮物	里芋・大根・インゲン・糸こんにゃく・だし・醤油・三温糖				0歳児の完了食までは、菓子類(赤ちゃんせんべい・さくふわせんべい)、南瓜の煮物、フルーツ等です				
	みそ汁	なす・人参・わかめ・鰹節・昆布・みそ				0歳児の幼児食と1、2歳児は、菓子類(野菜スティック・パフスナック・カル鉄スティック・ミレービスケット等)、フルーツ等と干しぶどう(週2回程度)です				
	※フルーツはバナナ・オレンジ・柿等を使用します					※フルーツはバナナ・オレンジ・柿等を使用します				
【今月のレシピ:アルペンマカロニ】					夕方延長のおやつは、おにぎり、菓子類(週1回程度)等です					
材料(1人分)					菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています					
・マカロニ 20g					強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です					
・じゃが芋 20g					えび、貝類、イカ、タコの提供は、幼児クラスのみになります					
・玉ねぎ 20g					強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です					
・ベーコン 7g					◆マークは山口県の郷土料理を取り入れています					
・りんごジャム 2g					★マークは世界(スイス)の料理を取り入れています					
・ビザ用チーズ 7g										
・生クリーム 25g										
・バター 1g										
・コンソメ 1g										
・塩 適量										
・コショウ 適量										
【作り方】										
①じゃがいもはいちょう切り、玉ねぎはスライス、ベーコンは短冊切りにする。										
②ペンネとじゃがいもをやや硬さが残る程度に茹でておく。										
③フライパンにバターを熱し、玉ねぎとベーコンを炒める。										
④生クリームとりんごジャムを入れてひと煮立ちさせる。										
⑤チーズを溶かしながら混ぜ、塩、コショウ、コンソメで味を調える。										
⑥⑤に茹でたペンネとじゃが芋を加え、ソースと絡めたら完成。										