



七飯ほんちょう
保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
1日				
2月	牛乳 ごはん 白菜とえのきのみそ汁 鶏のから揚げ ごま風味 きゅうりの華風 サラダ 牛乳 バナナハードケーキ	ごはん 白菜とえのきのみそ汁 鶏ささみのやわらか煮 きゅうりのあえもの バナナホットケーキ	ミルク 全がゆ 白菜のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮 	ミルク 五分がゆ 白菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮
3火	牛乳 ごはん じゃが芋ときぬさやのみそ汁 干草焼き ごぼうとコーンのサラダ 牛乳 ポンデ風ドーナツ	ごはん じゃが芋ときぬさやのみそ汁 豆腐と野菜のとろとろ煮 人参のあえもの ホットケーキ	ミルク 全がゆ じゃが芋のだし汁 豆腐と野菜のとろとろ煮 人参のやわらか煮	ミルク 五分がゆ じゃが芋のだし汁 豆腐と野菜のとろとろ煮 人参のやわらか煮
4水	牛乳 ごはん 中華スープ マーボー豆腐(キッズ) ほうれん草のナムル 牛乳 オレンジゼリー	ごはん 中華スープ 豆腐のそぼろあんかけ ほうれん草のあえもの くだもの	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 豆腐のそぼろあんかけ ほうれん草のとろとろ煮	ミルク 五分がゆ 大根のだし汁 豆腐のあんかけ ほうれん草のとろとろ煮
5木	牛乳 食パン 野菜スープ 煮込みハンバーグ ブロッコリーのミモザサラダ 牛乳 とりそぼろおにぎり	食パン 野菜スープ 鶏団子のトマト煮 ブロッコリーのあえもの とりそぼろおにぎり	ミルク パンがゆ キャベツのだし汁 鶏団子のトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮	ミルク パンがゆ キャベツのだし汁 白身魚のトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮
6金	牛乳 ごはん 五目みそ汁 鮭の照り焼き 大根の肉みそかけ 牛乳 ごまトースト	ごはん 五目みそ汁 鮭のやわらか煮 大根のみそ煮 ジャムパン	ミルク 全がゆ ほうれん草と大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 大根のとろとろ煮	ミルク 五分がゆ ほうれん草と大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 大根のとろとろ煮
7土	牛乳 豆乳ココア ドライカレーライス バナナヨーグルト 牛乳 黒糖パン	豆乳 ごはん ミルクシチュー バナナヨーグルト ジャムパン	ミルク 豆乳 全がゆ ミルクシチュー バナナ 	ミルク 豆乳 五分がゆ ミルクシチュー バナナ
8日				
9月	牛乳 ごはん 小松菜となめこのみそ汁 じゃが芋とツナの煮物 切干し大根とひじきのサラダ 牛乳 おやつ・肉みそうどん	ごはん 小松菜となめこのみそ汁 じゃが芋のやわらか煮 切干し大根のあえもの おやつ野菜うどん	ミルク 全がゆ 小松菜のだし汁 じゃが芋のやわらか煮 大根のとろとろ煮	ミルク 五分がゆ 小松菜のだし汁 じゃが芋のやわらか煮 大根のとろとろ煮
10火	牛乳 ごはん 玉ねぎとわかめのみそ汁 厚揚げのそぼろ煮 キャベツのゆかりあえ 牛乳 小豆蒸しパン	ごはん 玉ねぎとわかめのみそ汁 豆腐のそぼろあんかけ キャベツのあえもの 小豆蒸しパン	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 豆腐のそぼろあんかけ キャベツのやわらか煮	ミルク 五分がゆ 玉ねぎのだし汁 豆腐のとろとろ煮 キャベツのやわらか煮
11水	牛乳 ごはん 豆腐すまし汁 豚肉と新たまねぎのソテー 白菜とハムのサラダ 牛乳 ココアプリン	ごはん 豆腐すまし汁 鶏ささみのトマト煮 白菜のあえもの くだもの	ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 鶏ささみのトマト煮 白菜のとろとろ煮	ミルク 五分がゆ 豆腐のだし汁 白身魚のトマト煮 白菜のとろとろ煮
12木	牛乳 食パン かぼちゃの豆乳スープ チキンのチーズ焼き マカロニサラダ 麦茶 牛乳もち	食パン かぼちゃの豆乳スープ 鶏団子のやわらか煮 マカロニのあえもの きなこおにぎり	ミルク パンがゆ かぼちゃのだし汁 鶏団子のやわらか煮 きゅうりと人参のとろとろ煮	ミルク パンがゆ かぼちゃのだし汁 豆腐のやわらか煮 きゅうりと人参のとろとろ煮
13金	牛乳 ごはん もやしと大根のだし汁 たらのケチャップあんかけ ほうれん草とチーズの納豆あえ 牛乳 豆乳フレンチトースト	ごはん もやしと大根のだし汁 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のあえもの ジャムパン	ミルク 全がゆ もやしと大根のだし汁 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮	ミルク 五分がゆ もやしと大根のだし汁 白身魚のとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮
14土	牛乳 豆乳ココア ハヤシライス りんご 牛乳 ジャムパン	豆乳 ごはん ミルクシチュー りんご ジャムパン	ミルク 豆乳 全がゆ ミルクシチュー	ミルク 豆乳 五分がゆ ミルクシチュー
15日				
16月	牛乳 ごはん 中華風コーンスープ シュウマイ 春雨 サラダ 牛乳 みたらし団子	ごはん 中華風コーンスープ 鶏団子のやわらか煮 春雨のあえもの きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 鶏団子のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮	ミルク 五分がゆ 人参のだし汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとろとろ煮

日付	完了期	後期	中期	初期
17火	牛乳 ごはん キャベツのみそ汁 豚こま天 いんげんとささ身のマヨネーズ あえ 麦茶 フルーチェ	ごはん キャベツのみそ汁 ささ身のやわらか煮 いんげんのあえもの くだもの	ミルク 全がゆ キャベツのだし汁 大豆のやわらか煮 人参のとろとろ煮	ミルク 五분이ゆ キャベツのだし汁 大豆のやわらか煮 人参のとろとろ煮
18水	牛乳 チキンカレー きゅうりとコーンのサラダ オレンジ 牛乳 ホットケーキ	ごはん ミルクシチュー きゅうりのあえもの オレンジ ホットケーキ	ミルク 全がゆ ミルクシチュー きゅうりのやわらか煮 オレンジ	ミルク 五분이ゆ ミルクシチュー きゅうりのやわらか煮 オレンジ
19木	牛乳 食パン ポテトスープ オムレツのミートソースがけ ブロッコリーの三色サラダ 牛乳 みそ焼きおにぎり	食パン ポテトスープ 豆腐のそぼろあんかけ ブロッコリーのあえもの おかかおにぎり	ミルク 全がゆ じゃが芋のだし汁 豆腐のそぼろあんかけ ブロッコリーのやわらか煮	ミルク 五분이ゆ じゃが芋のだし汁 豆腐のとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮
20金	牛乳 ごはん 五目かきたま汁 さばと玉ねぎのみそ煮 コロコロサラダ 牛乳 さつま芋のようかん	ごはん 五目かきたま汁 白身魚のみそ煮 人参のあえもの さつま芋のきんとん	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮	ミルク 五분이ゆ 大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮
21土	牛乳 豆乳ココア マーボー豆腐どん わかめスープ 牛乳 レーズンパン	豆乳 ごはん 豆腐のそぼろあんかけ わかめスープ ジャムパン	ミルク 豆乳 全がゆ 豆腐のそぼろあんかけ キャベツのだし汁	ミルク 豆乳 五분이ゆ 豆腐のとろとろ煮 キャベツのだし汁
22日				
23月	牛乳 ごはん 豆腐と菜の花のみそ汁 ちくわの磯辺焼き 筑前煮 牛乳 牛乳 フルーツかんでん	ごはん 豆腐と菜の花のみそ汁 豆腐のとろとろ煮 野菜のやわらか煮 くだもの	ミルク 全がゆ なすと玉ねぎのだし汁 人参のやわらか煮 豆腐のとろとろ煮	ミルク 五분이ゆ なすと玉ねぎのだし汁 人参のやわらか煮 豆腐のとろとろ煮
24火	牛乳 ごはん なすと玉ねぎのみそ汁 大豆の天ぷら キャベツの胡麻マヨネーズ あえ 牛乳 青菜のカップケーキ	ごはん なすと玉ねぎのみそ汁 大豆のやわらか煮 キャベツのあえもの 青菜のホットケーキ	ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 キャベツのとろとろ煮	ミルク 五분이ゆ 豆腐のだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮
25水	牛乳 昆布おにぎり カレーにゆうめん フルーツのゼリーがけ 牛乳 生どらやき	おにぎり 野菜うどん くだもの ホットケーキ	ミルク 野菜うどん くだもの	ミルク 野菜うどん くだもの
26木	牛乳 食パン 野菜スープ ポークチャップ マセドアン サラダ 牛乳 苺ミルクプリン	食パン 野菜スープ 鶏団子のトマト煮 じゃが芋のあえもの くだもの	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 鶏団子のトマト煮 じゃが芋のとろとろ煮	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 白身魚のトマト煮 じゃが芋のとろとろ煮
27金	牛乳 ごはん 豚汁 さわらの揚げ煮 ひじきとほうれん草のサラダ 牛乳 ジャムサンド	ごはん 野菜のみそ汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のあえもの ジャムサンド	ミルク 全がゆ じゃが芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮	ミルク 五분이ゆ じゃが芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮
28土	牛乳 豆乳ココア ホワイトシチューライス フルーツカクテル 牛乳 あんぱん	豆乳 ごはん ミルクシチュー くだもの ジャムパン	ミルク 豆乳 全がゆ ミルクシチュー	ミルク 豆乳 五분이ゆ ミルクシチュー
29日	<昭和の日>			
30月	<振替休日>			



お友達も増えて、新しいクラスでのわくわく新年度スタートです
「給食大好きー!!!」って言ってもらえるよう調理員一同
心込めて作っていきます。
なんでもモリモリ食べ、体調を整え、元気に保育園で過ごしまし

