## 2024年 9月 給食予定実施献立

## 渋川あゆみこども園

_									
		曜	乳児	昼食	午後	手作りおやつの 主な原材料	あか	きいろ	みどり
		日	朝おやつ		おやつ	①乳児配慮事項	ちやにくとなる	ねつやちからになる	ちょうしをととのえる
				【ぼうさいのひ】				1	
			2 4- 2 4-	わかめごはん				わかめごはん	
	2	月	<u> ふわふわ</u>	1	みれ一びすけっと			1)かぬこはん	
			<u> ちっぷ</u>	とりにくとこうやどうふのにもの			とりにく、こうやどうふ		にんじん、えだまめ、ほししいたけ
				とんじる			ぶたにく、みそ	さといも	だいこん、にんじん、ごぼう、もやし、ねぎ
				たちうおのふらい			たちうお、たまご	こめ こむぎこ、ぱんこ	
	3	火	ちーず	やさいのまりね	ふる一つ	かんてん、さとう、	ろーすはむ	まりねどれっしんぐ	れたす、きゅうり、にんじん
	•	, ,	,	はくさいのすーぷ	かんてん	みかん、もも、ぱいん	とりにく	かたくりこ	はくさい、にんじん、しめじ
-									
			かぼちゃ	とりにくのねぎなんばん	ぶどう		とりにく	こめ かたくりこ、ごまあぶら	ねぎ、しょうが
	4	水	ぼーろ	ひじきのなむる			ろーすはむ	ごまあぶら	きゅうり、にんじん、もやし、ひじき
			16 2	ちゅうかふうこーんすーぷ	<u>♪ひとくちおかき</u>	①さくっとあられ	とうふ	はるさめ、ごまあぶら	にんじん、ちんげんさい、こーん
				かれーうどん			あぶらあげ	うどん、かれーるう	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しめじ
	5	木	おれんじ	ぶたにくとなすのみそいため	ばななけーき	ばなな、ばた一、 さとう、たまご、	ぶたにく、みそ		なす、ぴーまん、にんじん、もやし
	J	<b>/</b> \	8316700	•	144411 C	こむぎこ			
L				おほしさまのあえもの			ちーず、かつおぶし		おくら、きゅうり、にんじん
			+1°+1°	◇すきやきふうに			ぎゅうにく、あつあげ、やきどうふ	こめ じゃがいも、ちくわふ	こんにゃく、にんじん、ねぎ、ほししいたけ
	6	金	<u>ねじねじ</u> あげ	じゃこときゅうりのすのもの	びすこ		ちりめんじゃこ		れたす、きゅうり
			<u>851)</u>	たまねぎのみそしる			あぶらあげ、みそ		たまねぎ、にんじん、ねぎ、わかめ
l l	7	土		おべんとうもち			77777		
F	/								10 1 - 1
		_	<b>.</b>	からすがれいのおろしそ一すがけ	りんご		からすがれい	こめ	だいこん、こーん
	9	月	なし	あおなのごまあえ				ごま	こまつな、ほうれんそう
				いなかじる	♪きらずあげ	①ほしのせんべい	とうふ、とりにく、みそ		ごぼう、かぼちゃ、にんじん、ねぎ
1			1	こーんばた一らいす				こめ、ばた一	ニーん
,, V			<b>.</b>	- •		こむぎこ、たまご、		·	たまねぎ、にんじん、さつまいも、しめじ、まいたけ、
延 /	10	火	<u>あかちゃん</u>	さつまいもときのこのぐらたん	けーき	さとう、ばた一、	とりみんち、ぎゅうにゅう、ちーず	こむぎこ、ばた一、ぱんこ	まっしゅる一む、だいこん
<u> </u>	. ~	^	<u>せんべい</u>	さかなっこさらだ	.,	ほいっぷくりーむ (たんじょうじ:おれんじ)	ちりめんじゃこ	わごまどれっしんぐ	きゃべつ、にんじん、きゅうり
<b>会</b>				みねすとろーね			だいず、ういんなー	じゃがいも	たまねぎ、とまと、にんじん
11					h. l. 1 t. s			こめ かたくりこ	かぼちゃ、ねぎ、にんじん
				◇おからのおとしあげ	おれんじ		おから、さば、たまご		
	11	水	よーぐると	とりにくとさといものにもの			とりにく、あつあげ	さといも	にんじん、こんにゃく、、えだまめ
				だいこんのみそしる	<u>うのはなくっきー</u>		みそ		だいこん、にんじん、ねぎ、わかめ
				なん らっしー			ぎゅうにゅう、よーぐると	なん	れもんじる
	12	木	<u>ほしの</u>	き一まかれー	かやくごはん	こめ、にんじん、 ごぼう、とりにく、	あいびきにく	かれーるう、かれーこ、こめこ	たまねぎ、とまと、にんにく、しょうが
	12	<b>/</b>  \	<u>せんべい</u>		おにぎり	あぶらあげ	مان تا		
L				ませどあんさらだ				まよねーず	さつまいも、にんじん、きゅうり、りんご、ほしぶどう
				ごもくたまごやき			たまご、かにふうみかまぼこ	こめ	ねぎ、えのき、ほししいたけ、ひじき
	40	金	じゃこ	18 181 . 1 0 + 1 182	ばなな			じゃがいも	にんじん
	13	317		じゃがいものきんぴら	はなる		ろーすはむ	しゃかいも	IENUN
	13	317	0.40		14,4,4		ろーすはむ みそ		きゃべつ、たまねぎ、にんじん
			0.65	きゃべつのみそしる	IA/A/A			しゃかいも	
	14	土	0.65	きゃべつのみそしる おべんとうもち	19,9,9			Conve	
			0 %2	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ	14/4/4				
	14	土	0,40	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん				こめ、くり	
	14 16	土月		きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ	【おつきみ】	こめこ、さとう、			
	14	土	カーず	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん	【おつきみ】 こめこさつまいも	こめこ、さとう、 さつまいも、とうにゅう、 ふんとう	<i>み</i> そ	こめ、くり	きゃべつ、たまねぎ、にんじん
	14 16	土月		きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら	【おつきみ】	さつまいも、とうにゅう、	みそ あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし	こめ、くり	きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく
	14 16	土月		きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも	さつまいも、とうにゅう、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ	こめ、くりまよねーず	きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ
	14 16	土 月 火	ちーず	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう	みそ あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし	こめ、くり	きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく
	14 16	土月		きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ	こめ、くりまよねーず	きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、
	14 16 17	土 月 火	ちーず	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー	きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる―む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こ―ん
	14 16 17	土 月 火	ちーず	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ くだくさんすーぷ	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん  きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ  たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん
	14 16 17	土月火水	ちーず かりんとう	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴらぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだくだくさんすーぷ ちんじゃおろーす	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん  きゃべつ、にんじん こんにゃく  とうがん、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、で一まん、たけのこ、ほししいたけ
	14 16 17	土 月 火	ちーず	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴらぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだくだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねき たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ぱぷりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、びーまん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと
	14 16 17	土月火水	ちーず かりんとう	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴらぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだくだくさんすーぷ ちんじゃおろーす	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん  きゃべつ、にんじん こんにゃく  とうがん、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ  にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん  きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん、たまねぎ、だつまん、たけのこ、ほししいたけ
	14 16 17	土月火水	カリんとう りんご	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴらぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだくだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねき たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ぱぷりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、じーまん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんじく、とまと
	14 16 17 18	土月 火 水 木	カリんとう りんご	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ ぴざとーすと	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべっ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべっ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、びーまん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな
-	14 16 17	土月火水	カリんとう りんご	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ くだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげしょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ
-	14 16 17 18 19	土 月 火 水 木 金	カリんとう りんご	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ ぴざとーすと	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、びーまん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな
-	14 16 17 18 19 20	土 月     火     水     木     金     土	カリんとう りんご	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ ぴざとーすと	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、びーまん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげしょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ
-	14 16 17 18 19	土 月 火 水 木 金	カリんとう りんご	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ ぴざとーすと	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、びーまん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげしょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ
-	14 16 17 18 19 20	土 月     火     水     木     金     土	ちーず かりんとう りんご てつしお せんべい	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ  【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと  よーぐると	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげしょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ
	14 16 17 18 19 20 21 23	土月     火     水     木     金     土月	カリんとう りんご てつしお せんべい	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ ぴざとーすと	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、ぴーまん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ
	14 16 17 18 19 20	土 月     火     水     木     金     土	ちーず かりんとう りんご てつしお せんべい	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ  【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと  よーぐると	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく さかうたく えび	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべっ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべっ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、ぴーまん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ
-	14 16 17 18 19 20 21 23	土月     火     水     木     金     土月	カリんとう りんご てつしお せんべい	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ  【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと  よーぐると	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく さからあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ	こめ、くり まよねーず すぱげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ
	14 16 17 18 19 20 21 23	土月     火     水     木     金     土月     火	ちーず かりんとう りんご てつしお せんべい うのはな くっきー	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく さかうたく えび	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべっ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべっ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、ぴーまん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ
-	14 16 17 18 19 20 21 23	土月     火     水     木     金     土月	カリんとう りんご てつしお せんべい	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ  【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと  よーぐると	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく さからあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ	こめ、くり まよねーず すぱげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ
-	14 16 17 18 19 20 21 23 24	土月     火     水     木     金     土月     火	ちーず かりんとう りんご てつしお せんべい うのはな くっきー	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ くだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 ぴーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく さからあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげしょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ
-	14 16 17 18 19 20 21 23 24	土月     火     水     木     金     土月     火	ちーず かりんとう りんご てつしお せんべい うのはな くっきー	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず くり、こむぎこ、 さきゅうにゅう	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく きゅうにく えび ぶたにく まから、あぶらあげ、みそ	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも こめ こさいもこさ こさいも、ごま はるさめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、で一まん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい
	14 16 17 18 19 20 21 23 24	土月     火     水     木     金     土月     火     水	カリんとう りんご てつしおせんべい うのはなくっきー よーぐると	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しよくぱん ぶろっこりー	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう こめ、もちごめ、 きなこ、さとう しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく きゅうにく えび ぶたにく あぶらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも こめ こといも こといも こといも、ごま はるさめ しょくばん	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、にんじん にんじん、たまなぎ、にんじん にんじん、たまなぎ、だっまん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、こんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しようが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ  だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろっこりー
	14 16 17 18 19 20 21 23 24	土月     火     水     木     金     土月     火	ちーず かりんとう りんご てつしお せんべい うのはな くっきー	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しょくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと ういんなーの	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、う、あぶら、 ぎゅうにゅう こむぎこ、さとう、 はだー、ういんなー、 はだー、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく さかうたく えび ぶたはく おがらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ ぶたみんち えび	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも こめ こといも こといも、ごまはるさめ しょくばん ばたー、かたくりこ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、びーまん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ  だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい
	14 16 17 18 19 20 21 23 24	土月     火     水     木     金     土月     火     水	カリんとう りんご てつしおせんべい うのはなくっきー よーぐると	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しよくぱん ぶろっこりー	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、こむぎこ、 さとう、あぶら、 ぎゅうにこ、、さとう、 すきむみるく、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく きゅうにく えび ぶたにく あぶらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも こめ こといも こといも こといも、ごま はるさめ しょくばん	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、にんじん にんじん、たまなぎ、にんじん にんじん、たまなぎ、だっまん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、こんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しようが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ  だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろっこりー
	14 16 17 18 19 20 21 23 24	土月     火     水     木     金     土月     火     水	カリんとう りんご てつしお せんべい うのはな くっきー よーぐると	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しょくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと ういんなーの	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、う、あぶら、 ぎゅうにゅう こむぎこ、さとう、 はだー、ういんなー、 はだー、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく さかうたく えび ぶたはく おがらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ ぶたみんち えび	こめ、くり まよねーず すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも こめ こといも こといも、ごまはるさめ しょくばん ばたー、かたくりこ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん  さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、しめじ、まっしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、にんじん にんじん、たまなぎ、にんじん にんじん、たまなぎ、だっまん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、こんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しようが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ  だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろっこりー
	14 16 17 18 19 20 21 23 24 25	土月     火     水     木     金     土月     火     水     木	カリんとう りんご てつしおせんべい うのはなくっきー よーぐると ばなな むらさきいも	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ くじだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しょくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ ぶたにくのかりかりやき ◇ちくぜんに なっとう	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと ういんなーの	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、う、あぶら、 ぎゅうにゅう こむぎこ、さとう、 はだー、ういんなー、 はだー、ういんなー、	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく おからあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ ことりにく、とうふ、ぎゅうにゅう ぶたさく	こめ、くり まよねーず  すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ  こめ かたくりこ  こめ さといも  こめ  こといも  こと  こと  こと  こと  こと  こと  こと  こと  こと  こ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、はぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんじく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ たまねぎ、たが にんじん、こぼう、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろつこりー ちんげんさい、にんじん、たまねぎ、こーん
	14 16 17 18 19 20 21 23 24	土月     火     水     木     金     土月     火     水	カリんとう りんご てつしお せんべい うのはな くっきー よーぐると	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ くだだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しょくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ ぶたにくのかりかりやき 今ちくぜんに なっとう はむとやさいのあえもの	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと ういんなーの すこーん	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、こもが、ちーず  くり、こもがら、 ぎゅうにこ、さとう、 ぎゅうにこ、さとう、 すぎむみるく、 ばたー、ういんなー、 ほうれんそう	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく きゅうにく えび ぶたにく きゅうにく えび ぶたにく もぶらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ ぶたみんち えび	こめ、くり まよねーず  すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ  こめ かたくりこ  こめ  さといも  こめ  こよくばん  ばたー、かたくりこ  こーんふれーく、まよねーず  こめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、はぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ  にんじん、ごぼう、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろっこりー ちんげんさい、にんじん、たまねぎ、こーん  だいこん、にんじん、たけのこ、ごぼう、こんにゃく、ほししいたけもやし、こなつな、しめじ、にんじん、こーん
	14 16 17 18 19 20 21 23 24 25 26	土月     火     水     木     金     土月     火     水     木     金	カリんとう りんご てつしおせんべい うのはなくっきー よーぐると ばなな むらさきいも	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ くだだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しょくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ ぶたにくのかりかりやき 今ちくぜんに なっとう はむとやさいのあえもの じゃがいものみそしる	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと ういんなーの すこーん	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、こもが、ちーず  くり、こもがら、 ぎゅうにこ、さとう、 ぎゅうにこ、さとう、 すぎむみるく、 ばたー、ういんなー、 ほうれんそう	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく あぶらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ ぶたみんち えび	こめ、くり まよねーず  すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ  こめ かたくりこ  こめ さといも  こめ  こといも  こと  こと  こと  こと  こと  こと  こと  こと  こと  こ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん きゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、はぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、びーまん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ たまねぎ、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ たまねぎ、なが にんじん、こぼう、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろっこりー ちんげんさい、にんじん、たまねぎ、こーん
	14 16 17 18 19 20 21 23 24 25	土月     火     水     木     金     土月     火     水     木	カリんとう りんご てつしおせんべい うのはなくっきー よーぐると ばなな むらさきいも	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき こもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しよくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ ぶたにくのかりかりやき くちくぜんに なっとう はむとやさいのあえもの じゃがいものみそしる おべんとうもち	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと ういんなーの すこーん	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、こもが、ちーず  くり、こもがら、 ぎゅうにこ、さとう、 ぎゅうにこ、さとう、 すぎむみるく、 ばたー、ういんなー、 ほうれんそう	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく もぶらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ ぶたみんち えび	こめ、くり まよねーず  すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ  こめ かたくりこ  こめ  さといも  こめ  こといも、ごま はるさめ しょくばん はたー、かたくりこ こーんふれーく、まよねーず こめ  じゃがいも	さゃべつ、たまねぎ、にんじん さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんじく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ  だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろっこり一 ちんげんさい、にんじん、たまねぎ、こーん だいこん、にんじん、たけのこ、ごぼう、こんにゃく、ほししいたけ もやし、こなつな、しめじ、にんじん、こーん にんじん、たまねぎ、ねぎ、わかめ
	14 16 17 18 19 20 21 23 24 25 26 27	土月     火     水     木     金     土月     火     水     木     金     土	ちーず  かりんとう  りんご  てつしおい  さんべい  まーぐると  ばなな  むらさきいも せんべい	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくりーむぱすた ひじきのびたみんさらだ くだだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しょくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ ぶたにくのかりかりやき 今ちくぜんに なっとう はむとやさいのあえもの じゃがいものみそしる	【おつきみ】 こめこさつなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと  よーぐると  なし かりんとう  くりむしぱん  ほうれんそうとういんなーのすこーん  ♪げんじぱい	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、こもが、ちーず  くり、こもがら、 ぎゅうにこ、さとう、 ぎゅうにこ、さとう、 すぎむみるく、 ばたー、ういんなー、 ほうれんそう	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく きゅうにく えび ぶたにく きゅうにく えび ぶたにく もぶらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ ぶたみんち えび	こめ、くり まよねーず  すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ  こめ かたくりこ  こめ  さといも  こめ  こよくばん  ばたー、かたくりこ  こーんふれーく、まよねーず  こめ	さゃべつ、たまねぎ、にんじん さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅるーむ にんじん、はぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、び一まん、たけのこ、ほししいたけ しょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ  にんじん、ごぼう、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろっこりー ちんげんさい、にんじん、たまねぎ、こーん  だいこん、にんじん、たけのこ、ごぼう、こんにゃく、ほししいたけ もやし、こなつな、しめじ、にんじん、こーん
	14 16 17 18 19 20 21 23 24 25 26	土月     火     水     木     金     土月     火     水     木     金	ちーず  かりんとう  りんご  てつしおい  さくっきー  よーぐると  ばなな  むらさきいも せんべい  さくっと	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ 今ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき こもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しよくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ ぶたにくのかりかりやき くちくぜんに なっとう はむとやさいのあえもの じゃがいものみそしる おべんとうもち	【おつきみ】 こめこさつまいも どーなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと よーぐると  なし かりんとう くりむしぱん ほうれんそうと ういんなーの すこーん	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、こもが、ちーず  くり、こもがら、 ぎゅうにこ、さとう、 ぎゅうにこ、さとう、 すぎむみるく、 ばたー、ういんなー、 ほうれんそう	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、みそ とりにく、ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく もぶらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ ぶたみんち えび	こめ、くり まよねーず  すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ  こめ かたくりこ  こめ  さといも  こめ  こといも、ごま はるさめ しょくばん はたー、かたくりこ こーんふれーく、まよねーず こめ  じゃがいも	さゃべつ、たまねぎ、にんじん さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、 しめじ、まっしゅる一む にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、で一まん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ、にんにく、とまと だいこん、にんじん、ねぎ、きくらげ しょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ  だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろっこり一 ちんげんさい、にんじん、たまねぎ、こーん だいこん、にんじん、たけのこ、ごぼう、こんにゃく、ほししいたけ もやし、こなつな、しめじ、にんじん、こーん にんじん、たまねぎ、わぎ、わかめ
	14 16 17 18 19 20 21 23 24 25 26 27	土月     火     水     木     金     土月     火     水     木     金     土	ちーず  かりんとう  りんご  てつしおい  さんべい  まーぐると  ばなな  むらさきいも せんべい	きゃべつのみそしる おべんとうもち けいろうのひ くりごはん あかうおのもみじやき ちぐさあえ あかこんにゃくのきんぴら ぶたにくととうがんのみそしる とりときのこのくり一むぱすた ひじきのびたみんさらだ ぐだくさんすーぷ ちんじゃおろーす えびちりふう だいこんときくらげのちゅうかすーぷ ◇ぶたにくのかくに こまつな きゃべつのにんにくいため さといものみそしる おべんとうもち ふりかえきゅうじつ さんまのしおやき ごもくおから やさいのみそしる びびんばどん さといものごまに ちゅうかごもくすーぷ しよくぱん ぶろっこりー ちんげんさいのくりーむすーぷ ぶたにくのかりかりやき ◇ちくぜんに なっとう はむとやさいのあえもの じゃがいものみそしる おべんとうもち	【おつきみ】 こめこさつなつ 【あきのおひがん】 きなこおはぎ  ぴざとーすと  よーぐると  なし かりんとう  くりむしぱん  ほうれんそうとういんなーのすこーん  ♪げんじぱい	さつまいも、とうにゅう、 ふんとう  こめ、もちごめ、 きなこ、さとう  しょくばん、たまねぎ、 びーまん、ういんなー、 けちゃっぷ、ちーず  くり、こもが、ちーず  くり、こもがら、 ぎゅうにこ、さとう、 ぎゅうにこ、さとう、 すぎむみるく、 ばたー、ういんなー、 ほうれんそう	あかうお、みそ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく、きゅうにゅう とりむねにく ぶたにく ぎゅうにく えび ぶたにく あぶらあげ、みそ さんま おから、あぶらあげ、とりにく あぶらあげ、みそ えび とりにく、とうふ、ぎゅうにゅう ぶたさく なっとう とりにく なっとう とりにく	こめ、くり まよねーず  すばげってい、こむぎこ、ばたー わごまどれっしんぐ こめ かたくりこ こめ さといも  こめ こといも、ごま はるさめ しよくばん ばたー、かたくりこ こーんふれーく、まよねーず こめ じゃがいも	さゃべつ、たまねぎ、にんじん さゃべつ、にんじん こんにゃく とうがん、にんじん、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、まいたけ、しめじ、まつしゅるーむ にんじん、ばぶりか、えだまめ、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん にんじん、たまねぎ、にんいん にんじん、たまねぎ、にんいん にんじん、たまなぎ、で一まん、たけのこ、ほししいたけしょうが、ねぎ こまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ だいこん、にんじん、おき、きくらげ しようが、ねぎ ごまつな にんにく、きゃべつ たまねぎ、ねぎ だいこん、にんじん、きゃべつ もやし、ぜんまい、ほうれんそう、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、いんげんまめ にんじん、たけのこ、えのき、きくらげ、ちんげんさい ぶろつこりー ちんげんさい、にんじん、たまねぎ、こーん だいこん、にんじん、たけのこ、ごぼう、こんにゃく、ほししいたけもやし、こなつな、しめじ、にんじん、こーん にんじん、たまねぎ、ねぎ、わかめ

- \*\_\_\_\_\_は、自然食品のお菓子です。
- \* ♪ 印がついているメニューは、1歳児の配慮をしています。
- \* はこども園で作る手作りおやつです。
- \*【】印がついているメニューは子どもたちに紹介する行事食です。
- \*牛乳(約100ml)を乳児は朝おやつと午後おやつ、幼児は給食と午後おやつに飲んでいます。
- \* 生野菜での提供の際には、次亜塩素酸ナトリウムを使用し、殺菌しています。
- \*◇印がついている日は、玄米入りご飯です。
- \*毎日、WEL-KIDSにて写真を掲載しています。
- \*天候や仕入れの都合により、給食内容が変更になる場合があります。