



# 献立表

2026 西嶺保育園

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
<b>鶏肉の照り焼き</b> 鶏肉 にんにく	<b>豚肉のケチャップ煮</b> 豚肉 じゃが芋	<b>アジの竜田揚げ</b> アジ 生姜 小麦粉 片栗粉	<b>焼きししゃも</b> ししゃも 乳児・・カレイの煮付け	<b>チリコンカン</b> 大豆水煮 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 トマト缶	<b>牛丼</b> 牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく
<b>カルシウムサラダ</b> 切干大根 ひじき じゃこ マヨネーズ 豆苗 ヨーグルト	<b>人参サラダ</b> 人参 キャベツ きゅうり ツナ 玉ねぎ	<b>キャベツのゆかり和え</b> キャベツ 人参 きゅうり ゆかり	<b>大豆の五目煮</b> 大豆水煮 人参 れんこん こんにゃく 昆布	<b>ひじきの中華和え</b> ひじき 人参 きゅうり ツナ いりごま すりごま	
<b>小松菜の中華スープ</b> 小松菜 人参 玉ねぎ	<b>コンソメスープ</b> 人参 玉ねぎ コーン しめじ	<b>卵の赤だし</b> 卵 玉ねぎ ねぎ	<b>ほうれん草のすまし汁</b> ほうれん草 卵 干し椎茸	<b>わかめの中華スープ</b> わかめ 人参 玉ねぎ	<b>おふの味噌汁</b> ふ 玉ねぎ わかめ
<b>牛乳寒天</b> 牛乳 みかん缶	<b>サーターアングギー</b> 卵 ホットケーキミックス	<b>じゃこご飯</b> 米 じゃこ ねぎ	<b>ベリージャムサンド</b> ベリージャム 食パン	<b>ういろ(乳児)マカロニきなこ</b> 上新粉 小麦粉 マカロニ きなこ	<b>市販菓子</b>
	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	
8日(月)	9日(火)お弁当の日	10日(水)	11日(木)	12日(金)お誕生日会・離試食会	13日(土)
<b>鶏肉の味噌焼き</b> 鶏肉 生姜	<b>豆腐チャンプルー</b> 木綿豆腐 ベーコン ニラ もやし 卵 人参	<b>ビビンバ丼</b> 牛ミンチ 人参 ほうれん草 もやし 切干大根 卵 生姜	<b>カレー</b> 豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 しめじ カレールー	<b>エビフライ</b> エビ 卵 パン粉 小麦粉	<b>牛丼</b> 牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく
<b>ひじき大豆</b> ひじき 大豆水煮 こんにゃく 人参	<b>キャベツの昆布和え</b> キャベツ 塩昆布	<b>えのきの味噌汁</b> えのき 玉ねぎ わかめ	<b>コールスロー</b> キャベツ 人参 きゅうり コーン マヨネーズ	<b>マッシュポテト</b> じゃが芋 人参 ウィンナー バター	
<b>きのこのすまし汁</b> しめじ 玉ねぎ わかめ	<b>春雨スープ</b> 春雨 人参 玉ねぎ			<b>コンソメスープ</b> 人参 玉ねぎ しめじ セロリ	<b>おふの味噌汁</b> ふ 玉ねぎ わかめ
<b>ふのかりかり焼き</b> ふ マヨネーズ 青のり	<b>カルシウムトースト</b> 食パン 青のり じゃこ チーズ マヨネーズ	<b>マドレーヌ</b> 卵 ホットケーキミックス バター 牛乳	<b>市販菓子</b>	<b>和風ケーキ</b> みかん缶 きなこ スポンジケーキ あんこ ホイップ いちご	<b>市販菓子</b>
<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
<b>木の葉丼</b> 卵 油揚げ かまぼこ 人参 玉ねぎ 椎茸 ねぎ	<b>アジの竜田揚げ</b> アジ 生姜 小麦粉 片栗粉	<b>カレー</b> 豚肉 人参 玉ねぎ しめじ じゃが芋 カレールー	<b>豚肉のケチャップ煮</b> 豚肉 じゃが芋	<b>焼きししゃも</b> ししゃも 乳児・・カレイの煮付け	<b>きのこのクリームパスタ</b> しめじ えのき ほうれん草 牛乳 クリームコーン ベーコン バター 小麦粉 パスタ
	<b>キャベツのゆかり和え</b> キャベツ 人参 きゅうり ゆかり	<b>コールスロー</b> キャベツ 人参 きゅうり コーン マヨネーズ	<b>人参サラダ</b> 人参 キャベツ きゅうり ツナ 玉ねぎ	<b>大豆の五目煮</b> 大豆水煮 人参 れんこん こんにゃく 昆布	<b>チキンスープ</b> 玉ねぎ 鶏肉 人参
<b>もずくの味噌汁</b> もずく 人参 玉ねぎ	<b>卵の赤だし</b> 卵 玉ねぎ ねぎ		<b>コンソメスープ</b> 人参 玉ねぎ コーン しめじ	<b>ほうれん草のすまし汁</b> ほうれん草 卵 干し椎茸	
<b>じゃこご飯</b> 米 じゃこ ねぎ	<b>どら焼き</b> つぶあん ホットケーキミッ はちみつ 卵 小麦粉 牛乳	<b>桃のヨーグルト</b> 黄桃缶 ヨーグルト	<b>ふのかりかり焼き</b> ふ マヨネーズ 青のり	<b>ベリージャムサンド</b> ベリージャム 食パン	<b>市販菓子</b>
<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>		<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
<b>鶏肉の照り焼き</b> 鶏肉 にんにく	<b>豆腐チャンプルー</b> 木綿豆腐 ベーコン ニラ もやし 卵 人参	<b>ビビンバ丼</b> 牛ミンチ 人参 ほうれん草 もやし 切干大根 卵 生姜	<b>エビフライ</b> エビ 卵 パン粉 小麦粉	<b>木の葉丼</b> 卵 油揚げ かまぼこ 人参 玉ねぎ 椎茸 ねぎ	<b>きのこのクリームパスタ</b> しめじ えのき ほうれん草 牛乳 クリームコーン ベーコン バター 小麦粉 パスタ
<b>カルシウムサラダ</b> 切干大根 ひじき じゃこ マヨネーズ 豆苗 ヨーグルト	<b>キャベツの昆布和え</b> キャベツ 塩昆布	<b>えのきの味噌汁</b> えのき 玉ねぎ わかめ	<b>マッシュポテト</b> じゃが芋 人参 ウィンナー バター		
<b>小松菜の中華スープ</b> 小松菜 人参 玉ねぎ	<b>春雨スープ</b> 春雨 人参 玉ねぎ		<b>コンソメスープ</b> 人参 玉ねぎ しめじ セロリ	<b>もずくの味噌汁</b> もずく 人参 玉ねぎ	<b>チキンスープ</b> 玉ねぎ 鶏肉 人参
<b>牛乳寒天</b> 牛乳 みかん缶	<b>カルシウムトースト</b> 食パン 青のり じゃこ チーズ マヨネーズ	<b>サーターアングギー</b> 卵 ホットケーキミックス	<b>桃のヨーグルト</b> 黄桃缶 ヨーグルト	<b>市販菓子</b>	<b>市販菓子</b>
	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>		<b>牛乳</b>	
29日(月)	30日(火)	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>☆ お誕生日会 ☆ 今月は <b>12日(金)</b> です</p> <p>☆ お弁当の日 ☆ 今月は <b>9日(火)</b> です</p> </div>			
<b>鶏肉の味噌焼き</b> 鶏肉 生姜	<b>チリコンカン</b> 大豆水煮 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 トマト缶				
<b>ひじき大豆</b> ひじき 大豆水煮 こんにゃく 人参	<b>ひじきの中華和え</b> ひじき 人参 きゅうり ツナ いりごま すりごま				
<b>きのこのすまし汁</b> しめじ 玉ねぎ わかめ	<b>わかめの中華スープ</b> わかめ 人参 玉ねぎ				
<b>マドレーヌ</b> 卵 ホットケーキミックス バター 牛乳	<b>水無月(乳児)マカロニきなこ</b> 上新粉 薄力粉 甘納豆 マカロニ きなこ				
<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>				

## カルシウム強化月間

～カルシウムを多く含む食材～  
牛乳・ヨーグルト・ひじき・ごま

小松菜・大豆・エビ・油揚げ  
ほうれん草・切干大根

★今月の献立はカルシウムを多く含む食材は太字になっています★  
※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください