



献立表

2025 西嶺保育園

2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）お誕生日会	7日（土）
ポークソテー 豚ロース 玉ねぎ	アジの竜田揚げ アジ	ビビンバ丼 牛ミンチ 人参 ほうれん草 もやし 切干大根 卵 生姜 にんにく すりごま	揚げの卵とじ 油揚げ 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ たたききゅうり きゅうり	おからナゲット おから 鶏ミンチ 豆腐 卵 玉ねぎ 牛乳 薄力粉 マヨネーズ マッシュポテト じゃが芋 人参 ウィンナー バター ミネストローネ ピーマン 人参 玉ねぎ トマト缶 パセリ チーズケーキ クリームチーズ バター レモン汁 卵 小麦 牛乳	きつね丼 油揚げ 玉ねぎ 人参 青ねぎ
豆腐サラダ 木綿豆腐 ツナ ひじき 水菜 コーン いりごま	キャベツのゆかり和え キャベツ 人参 きゅうり ゆかり	コンソメスープ 人参 玉ねぎ コーン しめじ	もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ	じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 玉ねぎ	市販菓子
わかめスープ わかめ 人参 玉ねぎ	マドレーヌ 卵 ホットケーキミックス バター 牛乳	ぶどうゼリー ぶどうジュース	わかめご飯 わかめご飯の素 米		
牛乳寒天 牛乳 みかん缶	牛乳	牛乳	牛乳		
9日（月）	10日（火）お弁当の日	11日（水）	12日（木）	13日（金）	14日（土）
鶏の味噌焼き 鶏肉 生姜	豆腐チャンプルー 木綿豆腐 ベーコン ニラ もやし 卵 人参 キャベツの昆布和え キャベツ 塩昆布	豚肉のケチャップ煮 豚肉 じゃが芋	焼きししゃも ししゃも 乳児・・・カレイの煮付け	エビフライ エビ 卵 パン粉 小麦粉	きつね丼 油揚げ 玉ねぎ 人参 青ねぎ
きのこソテー しめじ 玉ねぎ パプリカ	春雨スープ 春雨 人参 玉ねぎ	人参サラダ 人参 キャベツ きゅうり ツナ 玉ねぎ えのきの味噌汁 えのき 玉ねぎ わかめ	大豆の五目煮 大豆水煮 人参 れんこん こんにゃく 昆布 ほうれん草のすまし汁 ほうれん草 卵 干し椎茸	カルシウムサラダ 切干大根 ひじき じゃこ マヨネーズ 豆苗 ヨーグルト 小松菜の中華スープ 小松菜 人参 玉ねぎ	じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 玉ねぎ 市販菓子
おふの味噌汁 ふ 玉ねぎ わかめ	とうもろこしご飯 とうもろこし 米	桃のヨーグルト 黄桃缶 ヨーグルト	ベリージャムサンド ベリージャム 食パン	たこ焼き たこ 卵 キャベツ 天かす 青のり マヨネーズ	
カルシウムトースト 食パン 青のり じゃこ チーズ マヨネーズ 牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
16日（月）	17日（火）	18日（水）	19日（木）	20日（金）	21日（土）
豚の和風炒め 豚肉 玉ねぎ りんごのおろし	アジの竜田揚げ アジ	ビビンバ丼 牛ミンチ 人参 ほうれん草 もやし 切干大根 卵 生姜 にんにく すりごま	揚げの卵とじ 油揚げ 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ たたききゅうり きゅうり	エビフライ エビ 卵 パン粉 小麦粉	きのこのクリームパスタ 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
じゃこピーマン じゃこ ピーマン 人参 ちくわ いりごま 椎茸のすまし汁 椎茸 玉ねぎ ネギ	キャベツのゆかり和え キャベツ 人参 きゅうり ゆかり	コンソメスープ 人参 玉ねぎ コーン しめじ	もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ	カルシウムサラダ 切干大根 ひじき じゃこ マヨネーズ 豆苗 ヨーグルト 小松菜の中華スープ 小松菜 人参 玉ねぎ	オニオンスープ 玉ねぎ パセリ
卵サンド 卵 玉ねぎ パセリ 食パン マヨネーズ 牛乳	マドレーヌ 卵 ホットケーキミックス バター 牛乳 牛乳	ぶどうゼリー ぶどうジュース 牛乳	わかめご飯 わかめご飯の素 米 牛乳	たこ焼き たこ 卵 キャベツ 天かす 青のり マヨネーズ 牛乳	市販菓子
23日（月）	24日（火）	25日（水）	26日（木）	27日（金）	28日（土）
ポークソテー 豚ロース 玉ねぎ	焼きししゃも ししゃも 乳児・・・カレイの煮付け	鶏の味噌焼き 鶏肉 生姜	豆腐チャンプルー 木綿豆腐 ベーコン ニラ もやし 卵 人参	おからナゲット おから 鶏ミンチ 豆腐 卵 玉ねぎ 牛乳 薄力粉 マヨネーズ マッシュポテト じゃが芋 人参 ウィンナー バター ミネストローネ ピーマン 人参 玉ねぎ トマト缶 パセリ 桃のヨーグルト 黄桃缶 ヨーグルト	きのこのクリームパスタ 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
豆腐サラダ 木綿豆腐 ツナ ひじき 水菜 コーン いりごま わかめスープ わかめ 人参 玉ねぎ ベリージャムサンド ベリージャム 食パン 牛乳	大豆の五目煮 大豆水煮 人参 れんこん こんにゃく 昆布 ほうれん草のすまし汁 ほうれん草 卵 干し椎茸 牛乳寒天 牛乳 みかん缶	きのこソテー しめじ 玉ねぎ パプリカ おふの味噌汁 ふ 玉ねぎ わかめ カルシウムトースト 食パン 青のり じゃこ チーズ マヨネーズ 牛乳	キャベツの昆布和え キャベツ 塩昆布 春雨スープ 春雨 人参 玉ねぎ とうもろこしご飯 とうもろこし 米 牛乳		オニオンスープ 玉ねぎ パセリ 市販菓子

30日（月）
豚の和風炒め 豚肉 玉ねぎ りんごのおろし
じゃこピーマン じゃこ ピーマン 人参 ちくわ いりごま 椎茸のすまし汁 椎茸 玉ねぎ ネギ
卵サンド 卵 玉ねぎ パセリ 食パン マヨネーズ 牛乳

☆ お誕生日会 ☆
今月は
6日（金）です

☆ お弁当の日 ☆
今月は
10日（火）です

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・厚揚げ
ほうれん草・おから・切干大根
木綿豆腐・チンゲン菜・青のり

★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