

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後
1 金	ミートボールのトマト煮 フレンチサラダ <small>ごはん</small>	米 かたくり粉 じゃがいも さとう 油 サラダ油	豚ひき肉 チーズ	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース キャベツ ほうれんそう 赤ピーマン	牛 乳 クッキー	牛 乳 塩せんべい
2 土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当がいります			牛 乳 クラッカー	
7 木	カレーライス パインサラダ <small>ごはん</small>	米 さとう 麦 バター 油 小麦粉 じゃがいも サラダ油	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ パイン 干しぶどう	お 茶 ウエハース	牛 乳 おかき
8 金	五目大豆 みそ汁 味付け煮干し <small>ごはん</small>	米 板こんにやく さとう ぶ	大豆 鶏胸肉 刻み昆布 味付け煮干し	にんじん れんこん さやえんどう 干し椎茸 こまつな たまねぎ しめじ	牛 乳 チーズ菓子	牛 乳 クラッカー
9 土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当がいります			牛 乳 かりんとう	
11 月	そぼろどんぶり 田舎汁 一口ゼリー <small>ごはん</small>	米 麦 さとう かたくり粉 油 じゃがいも 一口ゼリー	鶏ひき肉 卵 生揚げ	グリーンピース ごぼう えのきたけ にんじん 栗ねぎ	お 茶 ビスケット	牛 乳 のり巻きせんべい
12 火	さかなバーグ コンソメスープ <small>ごはん</small>	米 パン粉 さとう かたくり粉 油	白身魚すり身 豆腐 ベーコン	しょうが 栗ねぎ にんじん コーン もやし はくさい たまねぎ パセリ	お 茶 フルーツゼリー	牛 乳 クッキー
13 水	マーボー豆腐 ばんさんすう <small>ごはん</small>	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 栗ねぎ もやし きゅうり	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 パイ菓子
14 木	揚げ肉のインド煮 ごまネーズあえ <small>ごはん</small>	米 かたくり粉 油 すりごま じゃがいも さとう マヨネーズ	鶏胸肉 大豆 ちくわ	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ コーン ほうれんそう	お 茶 あられ	発酵乳 ウエハース
15 金	親子煮 みそ汁 チーズ <small>ごはん</small>	米 油	鶏胸肉 卵 豆腐 油揚げ 生わかめ チーズ	にんじん たまねぎ えのきたけ 干し椎茸 グリーンピース こまつな	牛 乳 野菜せんべい	牛 乳 お菓子
16 土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当がいります			牛 乳 ウエハース	
18 月	カレーライス パインサラダ <small>ごはん</small>	米 さとう 麦 バター 油 小麦粉 じゃがいも サラダ油	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ パイン 干しぶどう	牛 乳 クラッカー	牛 乳 塩せんべい
19 火	煮魚 白みそ汁 一口ゼリー <small>ごはん</small>	米 さとう じゃがいも 一口ゼリー	さかな 生揚げ	しょうが たまねぎ えのきたけ 栗ねぎ	牛 乳 おこし	牛 乳 クッキー
20 水	肉野菜炒め 中華コンソメスープ <small>ごはん</small>	米 さとう 油 かたくり粉	豚もも肉 卵 スキムミルク	しょうが キャベツ にんじん しめじ 青ピーマン たまねぎ チンゲンサイ クリームコーン	お 茶 プリン	牛 乳 パイ菓子
21 木	じゃがいも金平 合わせみそ汁 チーズ <small>ごはん</small>	米 じゃがいも 糸こんにやく 油 さとう 白ごま	豚もも肉 揚げはん 豆腐 油揚げ 生わかめ チーズ	にんじん さやいんげん たまねぎ えのきたけ	お 茶 おかき	お 茶 お菓子
22 金	五目大豆 みそ汁 味付け煮干し <small>ごはん</small>	米 板こんにやく さとう ぶ	大豆 鶏胸肉 刻み昆布 味付け煮干し	にんじん れんこん さやえんどう 干し椎茸 こまつな たまねぎ しめじ	牛 乳 かりんとう	野菜果汁 あられ
23 土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当がいります			牛 乳 のり巻きせんべい	
25 月	そぼろどんぶり 田舎汁 一口ゼリー <small>ごはん</small>	米 麦 さとう かたくり粉 油 じゃがいも 一口ゼリー	鶏ひき肉 卵 生揚げ	グリーンピース ごぼう えのきたけ にんじん 栗ねぎ	お 茶 塩せんべい	牛 乳 ごませんべい
26 火	さかなバーグ コンソメスープ <small>ごはん</small>	米 パン粉 さとう かたくり粉 油	白身魚すり身 豆腐 ベーコン	しょうが 栗ねぎ にんじん コーン もやし はくさい たまねぎ パセリ	お 茶 フルーツゼリー	牛 乳 ビスケット
27 水	マーボー豆腐 ばんさんすう <small>ごはん</small>	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 栗ねぎ もやし きゅうり	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 ウエハース
28 木	揚げ肉のインド煮 ごまネーズあえ <small>ごはん</small>	米 かたくり粉 油 すりごま じゃがいも さとう マヨネーズ	鶏胸肉 大豆 ちくわ	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ コーン ほうれんそう	牛 乳	お 茶
29 金	ミートボールのトマト煮 フレンチサラダ <small>ごはん</small>	米 かたくり粉 じゃがいも さとう 油 サラダ油	豚ひき肉 チーズ	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース キャベツ ほうれんそう 赤ピーマン	牛 乳 クッキー	牛 乳 お菓子
30 土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当がいります			牛 乳 ごませんべい	

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。
 今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。
 おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

