

| 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   |
| 3 土  | 【家族ふれあいの日】<br><b>ふれあいランチ</b> *お弁当をおねがいします              |                                    |                               |   | 牛乳<br>クッキー  |   |
| 5 月  | <b>入園式・始業式(おみやげピレーネ)</b>                               |                                    |                               |   | 牛乳<br>くらっかー   |   |
| 6 火  | 魚フライ<br>中華スープ<br><small>ミルクロール</small>                 | ミルクロール<br>小麦粉 油<br>パン粉             | さかな<br>鶏もも肉<br>豆腐             | もやし<br>チンゲンサイ                                 | お茶<br>ヨーグルト   | 牛乳<br>ウエハース   |
| 7 水  | 手作りカレーライス<br>ツナサラダ<br><small>麦ごはん</small>              | 米 さとう 麦<br>サラダ油 油 ジャがいも<br>小麦粉 パター | 豚もも肉<br>スキムミルク<br>ツナ缶         | にんにく しょうが たまねぎ<br>にんじん キャベツ<br>グリーンピース        | 牛乳<br>ビスケット   | 牛乳<br>★手作りラスク   |
| 8 木  | 新じゃがのそぼろ煮<br>ゴマあえ<br><small>ゆかりごはん</small>             | 米 ジャがいも<br>さとう 油<br>かたくり粉 すりごま     | 豚ひき肉<br>ちくわ                   | ゆかり粉 しょうが<br>たまねぎ にんじん キャベツ<br>グリーンピース ほうれんそう | 牛乳<br>あられ   | 牛乳(100)<br>かんきつ類<br>クッキー  |
| 9 金  | トマトソースハンバーグ<br>野菜スープ<br><small>レーズンロール</small>         | レーズンロール<br>パン粉 油<br>かたくり粉          | 豚ひき肉<br>豆腐 たまご<br>ロースハム       | たまねぎ ブロッコリー<br>キャベツ にんじん<br>コーン缶 グリーンピース      | 牛乳<br>パイ菓子  | お茶<br>★豆腐のチーズ蒸しパン   |
| 10 土 | 【家族ふれあいの日】<br><b>ふれあいランチ</b> *お弁当をおねがいします              |                                    |                               |   | 牛乳<br>塩せんべい   |    |
| 12 月 | 春野菜のうま煮<br>合わせみそ汁<br>味付け煮干し<br><small>ごはん</small>      | 米 ジャがいも<br>さとう 油<br>かたくり粉          | 鶏もも肉<br>油あげ 豆腐<br>生わかめ 味付け煮干し | たまねぎ にんじん 葉ねぎ<br>たけのこ ふき さやえんどう<br>干し椎茸 えのきたけ | 牛乳<br>クッキー  | お茶<br>★ヨーグルトマフィン  |
| 13 火 | 切り干し大根の煮付け<br>けんちん汁<br><small>ごはん</small>              | 米 油 さとう<br>さといも                    | 鶏もも肉<br>油あげ 豆腐<br>きざみ昆布       | 切り干し大根 ごぼう<br>にんじん さやいんげん<br>干し椎茸 葉ねぎ         | 牛乳<br>ウエハース   | 牛乳<br>かりんとう   |
| 14 水 | 鶏肉の照り煮<br>春雨スープ<br><small>食パン</small>                  | 食パン さとう<br>はるさめ                    | 鶏もも肉<br>ロースハム                 | ブロッコリー にんじん<br>はくさい さやえんどう                    | 牛乳<br>クラッカー   | 牛乳<br>★マカロニ安倍川  |
| 15 木 | 豚肉のしょうが炒め<br>合わせみそ汁<br><small>ごはん</small>              | 米 さとう 油                            | 豚もも肉<br>豆腐<br>生わかめ            | しょうが にんじん<br>たまねぎ しめじ 葉ねぎ                     | 牛乳<br>チーズ菓子   | 牛乳<br>クッキー  |
| 16 金 | 煮魚<br>白みそ汁<br>チーズ<br><small>ごはん</small>                | 米 さとう<br>ジャがいも                     | さかな 豆腐<br>油あげ 生わかめ<br>チーズ     | しょうが ごぼう<br>葉ねぎ                               | 牛乳<br>おかき   | お茶<br>★プリンアラモード   |
| 17 土 | 【家族ふれあいの日】<br><b>ふれあいランチ</b> *お弁当をおねがいします              |                                    |                               |   | 牛乳<br>クッキー  |  |
| 19 月 | 肉とたけのこのこぶし煮<br>みそ汁<br><small>ごはん</small>               | 米 さとう 油<br>板こんにゃく                  | 豚もも肉<br>豆腐 かつお節<br>油あげ        | たけのこ にんじん<br>かぼちゃ 葉ねぎ<br>さやえんどう               | 牛乳<br>ぼんせんべい  | 牛乳<br>★おからドーナツ  |
| 20 火 | 魚フライ<br>中華スープ<br><small>ミルクロール</small>                 | ミルクロール<br>小麦粉 油<br>パン粉             | さかな<br>鶏もも肉<br>豆腐             | もやし<br>チンゲンサイ                                 | お茶<br>ヨーグルト   | 牛乳<br>ウエハース   |
| 21 水 | 手作りカレーライス<br>ツナサラダ<br><small>麦ごはん</small>              | 米 さとう 麦<br>サラダ油 油 ジャがいも<br>小麦粉 パター | 豚もも肉<br>スキムミルク<br>ツナ缶         | にんにく しょうが たまねぎ<br>にんじん キャベツ<br>グリーンピース        | 牛乳<br>ビスケット   | 牛乳<br>ごませんべい  |
| 22 木 | ツナと野菜の洋風混ぜご飯<br>鶏のから揚げ<br>わかめスープ<br><small>ごはん</small> | 米 油 かたくり粉<br>白ごま                   | ツナ缶<br>鶏もも肉<br>生わかめ           | たまねぎ 赤ピーマン コーン缶<br>パセリ しょうが キャベツ<br>もやし にんじん  | 牛乳<br>野菜せんべい  | 紅茶<br>ケーキ   |
| 23 金 | トマトソースハンバーグ<br>野菜スープ<br><small>レーズンロール</small>         | レーズンロール<br>パン粉 油<br>かたくり粉          | 豚ひき肉<br>豆腐 たまご<br>ロースハム       | たまねぎ ブロッコリー<br>キャベツ にんじん<br>コーン缶 グリーンピース      | 牛乳<br>パイ菓子  | お茶<br>★フルーツヨーグルト  |
| 24 土 | 【なかよし保育】<br><b>おたのしみランチ</b>                            |                                    |                               |   | 牛乳<br>塩せんべい   |  |
| 26 月 | 春野菜のうま煮<br>合わせみそ汁<br>味付け煮干し<br><small>ごはん</small>      | 米 ジャがいも<br>さとう 油<br>かたくり粉          | 鶏もも肉<br>油あげ 豆腐<br>生わかめ 味付け煮干し | たまねぎ にんじん 葉ねぎ<br>たけのこ ふき さやえんどう<br>干し椎茸 えのきたけ | 牛乳<br>クッキー  | 牛乳<br>★フレークバー   |
| 27 火 | 豆腐の中華煮<br>もやし和え<br>チーズ<br><small>麦ごはん</small>          | 米 さとう 麦 油<br>かたくり粉 ごま油<br>すりごま     | 豚もも肉 生わかめ<br>ロースハム 豆腐<br>チーズ  | にんにく しょうが たまねぎ<br>はくさい にんじん しめじ<br>もやし キャベツ   | お茶<br>のり巻きせんべい  | 牛乳<br>おかき   |
| 28 水 | <b>おやこえんぞく</b>   |                                    |                               |   |  |   |
| 30 金 | 煮魚<br>白みそ汁<br>一口ゼリー<br><small>ごはん</small>              | 米 さとう<br>ジャがいも<br>一口ゼリー            | さかな 豆腐<br>油あげ 生わかめ            | しょうが ごぼう<br>葉ねぎ                               | 牛乳<br>おこし   | お茶<br>★いちごサンド(ジャム)  |

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・乳児食を食べます。  
 おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

