

献立表

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	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			牛乳 ぼんせんべい	
6	木	そばろどんぶり 田舎汁 ヨーグルト 麦ごはん	米 麦 さとう かたくり粉 油 さといも	鶏ひき肉 卵 生揚げ ヨーグルト	グリーンピース だいこん えのきたけ にんじん 葉ねぎ	お茶 パイ菓子	お茶 柏もち
7	金	ミートボールのトマト煮 フレンチサラダ コッパン	コッパン パン粉 じゃがいも さとう 油 サラダ油	豚ひき肉 牛乳 卵	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース キャベツ ほうれんそう	お茶 チーズ	お茶 ★ツナマヨ焼きご飯
8	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			牛乳 ウエハース	
10	月	チキンカレー ツナサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 小麦粉 麦 さとう 油 じゃがいも バター	鶏もも肉 スキムミルク ツナ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリーンピース コーン キャベツ 赤ピーマン きゅうり	牛乳 塩せんべい	牛乳 ★ブルーベリーヨーグルトケーキ
11	火	親子煮 合わせみそ汁 チーズ ごはん	米 油	鶏むね肉 卵 油揚げ 豆腐 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 葉ねぎ	フルーツゼリー	牛乳 おかし
12	水	ひじきと大豆の炒め煮 白みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう じゃがいも	干しひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん 豆腐 生わかめ	にんじん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 チーズ菓子	★サワードリンク ビスケット
13	木	揚げ肉のインド煮 ごまチーズあえ ミルクロール	ミルクロール 油 さとう かたくり粉 すりごま じゃがいも マヨネーズ	鶏むね肉 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	お茶 ★五平餅
14	金	煮魚(生揚げ) 合わせみそ汁 そらまめ ごはん	米 さとう	さかな 生揚げ 生わかめ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん 葉ねぎ そらまめ	牛乳 クラッカー	牛乳 ごませんべい
15	土	【乳児おやつ試食会の日】	ふれあいランチ			 フレークバー	
17	月	五目きんぴら 合わせみそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 糸こんにゃく さとう 白ごま ごま油	鶏もも肉 揚げはん 油揚げ 豆腐 生わかめ 味付け煮干し	ごぼう にんじん さやいんげん えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	お茶 ★シアチーズフルーツ
18	火	さつま揚げ 五目スープ 食パン	食パン さとう かたくり粉 パン粉 油	いわしすり身 豆腐 卵 干しひじき ロースハム	しょうが 葉ねぎ にんじん もやし たけのこ コーン チンゲンサイ	牛乳 ぼんせんべい	★豆乳ヨーグルト クッキー
19	水	そばろどんぶり 田舎汁 ヨーグルト 麦ごはん	米 麦 さとう かたくり粉 油 さといも	鶏ひき肉 卵 生揚げ ヨーグルト	グリーンピース だいこん えのきたけ にんじん 葉ねぎ	お茶 パイ菓子	牛乳 かりんとう
20	木	肉じゃが みそ汁 ごはん	米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう	豚もも肉 豆腐 生わかめ	にんじん たまねぎ グリーンピース しめじ 葉ねぎ	牛乳 野菜せんべい	牛乳 クラッカー
21	金	【青空ランチ】 ラップおにぎり 鶏のから揚げ ボイル野菜・ーロゼリー	米 ーロゼリー 白ごま かたくり粉 油 じゃがいも	昆布つくだ煮 鶏もも肉	しょうが にんじん ブロッコリー	牛乳 ビスケット	牛乳 ★ピザ風蒸しパン
22	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			 牛乳 塩せんべい	
24	月	チキンカレー ツナサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 小麦粉 麦 さとう 油 じゃがいも バター	鶏もも肉 スキムミルク ツナ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリーンピース コーン キャベツ 赤ピーマン きゅうり	牛乳 ウエハース	お茶 ★きな粉ドーナツ
25	火	【はなぐみ試食会】 豆腐の中華煮 もやし和え チーズ ごはん	米 さとう 麦 油 かたくり粉 ごま油 すりごま	豚もも肉 生わかめ ロースハム 豆腐 チーズ	にんにく しょうが たまねぎ はくさい にんじん しめじ もやし キャベツ	牛乳 おこし	牛乳 塩せんべい
26	水	ひじきと大豆の炒め煮 白みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう じゃがいも	干しひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん 豆腐 生わかめ	にんじん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 チーズ菓子	牛乳 ★フレークバー
27	木	【つきぐみ試食会】	アンケートで献立が決まります お楽しみに！			お茶 あられ	牛乳 パイ菓子
28	金	【誕生会】 彩り混ぜごはん 魚のカレー揚げ すまし汁	ごま油 小麦粉 油 ぷ	豚ひき肉 さかな 生わかめ	こまつな コーン しょうが たまねぎ もやし にんじん みつば	お茶 チーズ	紅茶 ケーキ
29	土	【ほしぐみ試食会】 肉野菜炒め 中華コーンスープ ごはん	米 さとう 油 かたくり粉	豚もも肉 卵	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	牛乳 クッキー	
31	月	五目きんぴら 合わせみそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 糸こんにゃく さとう 白ごま ごま油	鶏もも肉 揚げはん 油揚げ 豆腐 生わかめ 味付け煮干し	ごぼう にんじん さやいんげん えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 ビスケット	牛乳 ★抹茶蒸しパン

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♪

