

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 水	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 削り節	にんじん たまねぎ しめじ さやえんどう だいこん 葉ねぎ	牛乳 おかき	野菜果汁 クッキー
2 木	さつま揚げ 中華スープ 味付け煮干 クロロール	クロロール さとう かたくり粉 パン粉(乾燥) 油 はるさめ(乾)	いわしすり身 豆腐 卵 ひじき ベーコン 味付け煮干	しょうが 葉ねぎ にんじん もやし たまねぎ チンゲンサイ	牛乳 あられ	牛乳 ★手作りラスク
3 金	ピピンバ わかめスープ ヨーグルト ごはん	米 油 さとう ごま油 白ごま	豚ひき肉 豆腐 生わかめ ベーコン ヨーグルト	しょうが にんにく 根菜ねぎ ほうれんそう にんじん もやし えのきたけ たまねぎ	りんごジュース ウエハース	牛乳 ★グリーンケーキ
4 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛乳 クッキー		
6 月	豆腐のくず煮 中華サラダ ごはん	米 かたくり粉 さとう 白ごま ごま油	豆腐 むきえび 生わかめ 鶏ささ身	たまねぎ 干し椎茸 キャベツ みかん缶 きゅうり コーン缶	牛乳 ごませんべい	★あじさいミルク
7 火	ドライカレーサンド コンソメスープ フルーツゼリー 食パン	食パン 油 かたくり粉 じゃがいも フルーツゼリー	合いびき肉	しょうが にんにく パセリ セロリ にんじん コーン缶 たまねぎ グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛乳 おかき	牛乳 パイ菓子
8 水	サラダうどん ひじきの煮物 ごはん	米 干しうどん(乾) 油 さとう マヨネーズ	ツナ缶 生わかめ 油揚げ 削り節刻みのり 鶏もも肉 ひじき	きゅうり コーン缶 にんじん さやいんげん	牛乳 クラッカー	発酵乳 ★きな粉ドーナツ
9 木	魚の南蛮漬け 中華コーンスープ レーズンロール	レーズンロール かたくり粉 油 さとう ごま油	さかな 卵 スキムミルク	しょうが きゅうり 赤ピーマン もやし たまねぎ にんじん チンゲンサイ クリームコーン缶	牛乳 かりんとう	牛乳 あられ
10 金	【時の記念日】時計ごはん ごまネーズあえ 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう かたくり粉 すりごま(白) マヨネーズ	豚ひき肉 ちくわ 豆腐 油揚げ 削り節	しょうが にんじん キャベツ グリーンピース(冷凍) コーン缶 ほうれんそう だいこん 葉ねぎ	牛乳 ビスケット	お茶 ★みたらし団子
11 土	【なかよし保育】 おたのしみランチ			牛乳 塩せんべい		
13 月	チキンみそカツ すまし汁 ごはん	米 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 さとう すりごま(白)	鶏ささ身 卵 豆腐 削り節	キャベツ たまねぎ にんじん 葉ねぎ	牛乳 ほんせんべい	牛乳 のり巻きせんべい
14 火	鶏肉のケチャップ味 マカロニのスープ煮 ミルクロール	ミルクロール 油 かたくり粉 マカロニ じゃがいも	鶏もも肉 ベーコン	たまねぎ しめじ にんじん キャベツ セロリ パセリ	牛乳 かりんとう	★ココア寒天 クッキー
15 水	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 削り節	にんじん たまねぎ しめじ さやえんどう だいこん 葉ねぎ	牛乳 あられ	牛乳 ★手作りラスク
16 木	カレーライス フルーツサラダ 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも 小麦粉 バター さとう サラダ油	豚もも肉 スキムミルク チーズ	にんにく しょうが たまねぎ にんじんグリーンピース(冷凍) みかん缶 キャベツ パイン缶 干しぶどう	お茶 おかき	★サワードリンク 塩せんべい
17 金	ピピンバ わかめスープ ヨーグルト ごはん	米 油 さとう ごま油 白ごま	豚ひき肉 豆腐 生わかめ ベーコン ヨーグルト	しょうが にんにく 根菜ねぎ ほうれんそう にんじん もやし えのきたけ たまねぎ	りんごジュース ウエハース	野菜果汁 ★ブルーベリーケーキ
18 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛乳 クッキー		
20 月	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 ごはん	米 さとう 油 じゃがいも	豚もも肉 油揚げ 煮干し	しょうが たまねぎ キャベツ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 ごませんべい	★あじさいミルク
21 火	ドライカレーサンド コンソメスープ フルーツゼリー 食パン	食パン 油 かたくり粉 じゃがいも フルーツゼリー	合いびき肉	しょうが にんにく パセリ セロリ にんじん コーン缶 たまねぎ グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛乳 おかき	牛乳 パイ菓子
22 水	サラダうどん ひじきの煮物 ごはん	米 干しうどん(乾) 油 さとう マヨネーズ	ツナ缶 生わかめ油揚げ 削り節 刻みのり 鶏もも肉 ひじき	きゅうり コーン缶 にんじん さやいんげん	牛乳 クラッカー	発酵乳 ★きな粉ドーナツ
23 木	魚の南蛮漬け 中華コーンスープ レーズンロール	レーズンロール かたくり粉 油 さとう ごま油	さかな 卵 スキムミルク	しょうが きゅうり 赤ピーマン もやし たまねぎ にんじん チンゲンサイ クリームコーン缶	牛乳 かりんとう	牛乳 あられ
24 金	【誕生会】混ぜごはん 鶏の香り揚げ すまし汁 ごはん	米 糸こんにゃく さとう ごま油 小麦粉 かたくり粉 油 心	ちくわ 油揚げ 鶏もも肉 卵 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん 干し椎茸 グリーンピース(冷凍) にんにく もやし たまねぎ 葉ねぎ	牛乳 塩せんべい	紅茶 ケーキ
25 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛乳 せんべい		
27 月	チキンみそカツ すまし汁 ごはん	米 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 さとう すりごま(白)	鶏ささ身 卵 豆腐 削り節	キャベツ たまねぎ にんじん 葉ねぎ	牛乳 ほんせんべい	牛乳 のり巻きせんべい
28 火	鶏肉のケチャップ味 マカロニのスープ煮 ミルクロール	ミルクロール 油 かたくり粉 マカロニ じゃがいも	鶏もも肉 ベーコン	たまねぎ しめじ にんじん キャベツ セロリ パセリ	牛乳 かりんとう	★ココア寒天 クッキー
29 水	煮魚 白みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 板こんにゃく ふ 一口ゼリー	さかな 削り節	しょうが だいこん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 あられ	お茶 ★焼きそば
30 木	カレーライス フルーツサラダ 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも 小麦粉 バター さとう サラダ油	豚もも肉 スキムミルク チーズ	にんにく しょうが たまねぎ にんじんグリーンピース(冷凍) みかん缶 キャベツ パイン缶 干しぶどう	お茶 おかき	★サワードリンク 塩せんべい

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。乳児は成長に應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♪

