

ひ	よう	こんだてめい	ざいりょうめい			おやつ	
			ねつとちからになるもの	ちやにくになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	ごぜん	ごご
1	もく	いりどうふ みそしる ゆかりごはん	こめ むぎ あぶら さとう	とうふ かまぼこ たまご ひじき わかめ あぶらあげ	ゆかりこ たまねぎ にんじん ほうれんそう ほししいたけ だいこん はねぎ	おちゃ くらっかー	ぎゅうにゅう しおせんべい
2	きん	いわしのはんぱーく わかめすーぶ こっぺばん	こっぺばん ばんこ あぶら しろこま	いわしすりみ たまご ぎゅうにゅう ひじき わかめ	しょうが はねぎ きゃべつ えのきたけ もやし にんじん	ぎゅうにゅう ごませんべい	おちゃ ちーすがし
3	と	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *お弁当をおねがいします			ぎゅうにゅう おかき	
5	げつ	ちくぜんに しろみそしる ごはん	こめ あぶら さとう こんにゃく	とりももにく とうふ わかめ	にんじん ごぼう たけのこ れんこん さやえんどう たまねぎ はねぎ	ぎゅうにゅう くつきー	ぎゅうにゅう うえはーす
6	か	あげにくのいんどに つなさらだ ごはん	こめ あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	とりむねにく だいす つな	にんじん たまねぎ ばせり きゃべつ あかびーまん きゅうり こーん	おちゃ あられ	おちゃ ☆つきみだんご
7	すい	ごもくきんぴら みそしる ごはん	こめ あぶら さとう いとこんにゃく しろこま ごまあぶら	とりももにく あげはん とうふ わかめ	ごぼう にんじん たまねぎ はねぎ さやいんげん	ぎゅうにゅう しおせんべい	おちゃ ☆れあちーすふるーつ
8	もく	ふたにくのしょうがいため あわせみそしる ごはん	こめ あぶら さとう	ふたももにく とうふ わかめ あぶらあげ	しょうが たまねぎ にんじん はねぎ えのきたけ	おちゃ かりんとう	ぎゅうにゅう のりまきせんべい
9	きん	さかなふらい こんそめすーぶ れーずんろーる	れーずんろーる あぶら ばんこ こむぎこ じゃがいも	さかな	もやし たまねぎ にんじん こーん ばせり	おちゃ ちーすがし	ぎゅうにゅう びすけっと
10	と	【そふほのつといつきくみ】	ふれあいらんち *お弁当をおねがいします			ぎゅうにゅう ほんせんべい	
12	げつ	かれーらいす ふれんちさらだ むぎごはん	こめ あぶら むぎ じゃがいも ばたー さとう こむぎこ	ふたももにく すきむみるく ろーすはむ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゃべつ きゅうり ぐりんぴーす こーん	ぎゅうにゅう うえはーす	ぎゅうにゅう ばいがし
13	か	きりほしだいこんにつけ みそしる ごはん	こめ あぶら さとう じゃがいも	とりももにく あぶらあげ こんぶ とうふ わかめ	きりほしだいこん はねぎ にんじん たまねぎ さやいんげん しめじ	ぎゅうにゅう くらっかー	おちゃ ☆ふるーつしらたま
14	すい	にざかな(ごぼう) しろみそしる ひとくちぜりー ごはん	こめ さとう じゃがいも ひとくちぜりー	さかな とうふ わかめ	しょうが ごぼう たまねぎ はねぎ にんじん	ぎゅうにゅう のりまきせんべい	おちゃ おかき
15	もく	いりどうふ みそしる ゆかりごはん	こめ むぎ あぶら さとう	とうふ かまぼこ たまご ひじき わかめ あぶらあげ	ゆかりこ たまねぎ にんじん ほうれんそう ほししいたけ だいこん はねぎ	おちゃ くらっかー	ぎゅうにゅう かりんとう
16	きん	【あおぞららんち】 らっぶおにぎり とりのからあげ ほいるやさい・ひとくちぜりー	こめ あぶら じゃがいも かたくりこ ひとくちぜりー	とりももにく こんぶ	しょうが にんじん ぶろっこりー	ぎゅうにゅう ごませんべい	☆ここあみるく みにばい
17	と	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *お弁当をおねがいします			ぎゅうにゅう くつきー	
20	か	そぼろどんぶり しろみそしる ふるーつぜりー	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ じゃがいも ふるーつぜりー	とりひきにく わかめ たまご とうふ	たまねぎ はねぎ にんじん ぐりんぴーす	ぎゅうにゅう おこし	おちゃ ☆きなこおはぎ
21	すい	ごもくきんぴら みそしる ごはん	こめ あぶら さとう いとこんにゃく しろこま ごまあぶら	とりももにく あげはん とうふ わかめ	ごぼう にんじん たまねぎ はねぎ さやいんげん	ぎゅうにゅう やさいせんべい	ぎゅうにゅう ばーむくーへん
22	もく	あげにくのいんどに つなさらだ こっぺばん	こっぺばん あぶら かたくりこ じゃがいも さとう	とりむねにく だいす つな	にんじん たまねぎ ばせり きゃべつ あかびーまん きゅうり こーん	おちゃ ほんせんべい	なし くつきー
24	と	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *お弁当をおねがいします			ぎゅうにゅう おかき	
26	げつ	かれーらいす ふれんちさらだ むぎごはん	こめ あぶら むぎ じゃがいも ばたー さとう こむぎこ	ふたももにく すきむみるく ろーすはむ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゃべつ きゅうり ぐりんぴーす こーん	ぎゅうにゅう のりまきせんべい	ぎゅうにゅう びすけっと
27	か	きりほしだいこんにつけ みそしる ごはん	こめ あぶら さとう じゃがいも	とりももにく あぶらあげ こんぶ とうふ わかめ	きりほしだいこん はねぎ にんじん たまねぎ さやいんげん しめじ	ぎゅうにゅう くらっかー	おちゃ ☆わらびもち
28	すい	ふたにくのしょうがいため あわせみそしる ごはん	こめ あぶら さとう	ふたももにく とうふ わかめ あぶらあげ	しょうが たまねぎ にんじん はねぎ えのきたけ	ぎゅうにゅう うえはーす	ぎゅうにゅう ごませんべい
29	もく	【たんじょうかい】 ふきよせごはん さかなのたつたあげ すましじる	こめ あぶら ふ いとこんにゃく かたくりこ	あぶらあげ さかな わかめ	にんじん しょうが もやし たまねぎ ほししいたけ みつば さやえんどう	おちゃ しおせんべい	こうちゃ けーき
30	きん	みーとほーるのとまとに はむさらだ みるくろーる	みるくろーる あぶら さとう じゃがいも ばんこ しろこま	ふたひきにく ぎゅうにゅう たまご ろーすはむ	たまねぎ にんじん きゃべつ こーん ばせり ぐりんぴーす しめじ	ぎゅうにゅう くつきー	おちゃ あられ

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♪

