

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	月	チキンカレー ツナサラダ 麦ごはん	米 麦 油 さとう じゃがいも バター 小麦粉	鶏もも肉 ツナ スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ 赤ピーマン きゅうり コーン	ヨーグルト	★サワードリンク ビスケット
2	火	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 さとう 油 じゃがいも	豚ひき肉 牛乳 卵	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ ほうれん草 コーン グリーンピース	牛乳 クラッカー	お茶 かしわもち
6	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	
8	月	そぼろどんぶり 田舎汁 ヨーグルト	米 麦 油 さとう かたくり粉 さといも	鶏ひき肉 卵 生揚げ ヨーグルト	だいこん えのきたけ にんじん 葉ねぎ グリンピース	お茶 パイ菓子	野菜果汁 ウエハース
9	火	五目さんびら 合わせみそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう 糸こんにゃく 白ごま	鶏もも肉 とうふ 揚げはん 油揚げ わかめ 味付け煮干し	ごぼう にんじん しめじ さやいんげん 葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	★フルーツデザート
10	水	揚げ肉のインド煮 ゴマネーズ和え ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 油 さとう すりごま じゃがいも マヨネーズ	とりむね肉 大豆 ちくわ	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ コーン ほうれん草	お茶 おかき	牛乳 おかき
11	木	親子煮 合わせみそ汁 チーズ ごはん	米 油	とりむね肉 卵 油揚げ とうふ わかめ チーズ	にんじん たまねぎ えのきたけ 干し椎茸 さやえんどう 葉ねぎ	牛乳 ビスケット	牛乳 ピザ風蒸しパン
12	金	肉じゃが みそ汁 ごはん	米 油 さとう じゃがいも 糸こんにゃく	豚もも肉 とうふ わかめ	にんじん たまねぎ えのきたけ グリーンピース 葉ねぎ	フルーツゼリー クラッカー	牛乳 チーズ菓子
13	土	【つきぐみ試食会】	♪つきぐみリクエスト♪			牛乳 クラッカー	
15	月	チキンカレー ツナサラダ 麦ごはん	米 麦 油 さとう じゃがいも バター 小麦粉	鶏もも肉 ツナ スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ 赤ピーマン きゅうり コーン	牛乳 あられ	牛乳 かりんとう
16	火	煮魚(生揚げ) 合わせみそ汁 そら豆 ごはん	米 さとう	さかな わかめ 生揚げ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん 葉ねぎ そら豆	牛乳 塩せんべい	牛乳 パイ菓子
17	水	肉野菜炒め 中華コーンスープ ロールパン	ロールパン さとう 油 かたくり粉	豚もも肉 卵 スキムミルク	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ しめじ ピーマン チンゲンサイ クリームコーン缶	牛乳 ごませんべい	お茶 ★ピースらっぷおにぎり
18	木	ひじきと大豆の炒め煮 白みそ汁 ごはん	米 油 さとう 板こんにゃく じゃがいも	ひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん とうふ わかめ	にんじん たまねぎ えのきたけ さやえんどう 干し椎茸 葉ねぎ	牛乳 クッキー	牛乳 クラッカー
19	金	【青空ランチ】 ラップおにぎり 鶏のから揚げ ポイル野菜・一ロゼリー	米 一ロゼリー 油 白ごま かたくり粉 じゃがいも	昆布つくだ煮 焼きのり 鶏もも肉	しょうが にんじん ブロッコリー	牛乳 野菜せんべい	お茶 ★ピーフン
20	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			ヨーグルト	
22	月	肉じゃが みそ汁 ごはん	米 油 さとう じゃがいも 糸こんにゃく	豚もも肉 とうふ わかめ	にんじん たまねぎ えのきたけ グリーンピース 葉ねぎ	プリン	牛乳 あられ
23	火	五目さんびら 合わせみそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう 糸こんにゃく 白ごま	鶏もも肉 とうふ 揚げはん 油揚げ わかめ 味付け煮干し	ごぼう にんじん しめじ さやいんげん 葉ねぎ	お茶 チーズ	★豆乳ヨーグルト クッキー
24	水	酢鶏 ツナあえ コッパン	コッパン 油 さとう かたくり粉 いちごジャム	鶏もも肉 ツナ	たまねぎ にんじん たけのこ 干し椎茸 パイン ほうれん草 もやし コーン グリンピース	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 のり巻きせんべい
25	木	【誕生会】 彩り混ぜごはん 魚のカレー揚げ すまし汁	油 小麦粉 卵	豚ひき肉 さかな わかめ	こまつな コーン しょうが もやし たまねぎ にんじん みつば	牛乳 かりんとう	紅茶 ケーキ
26	金	親子煮 合わせみそ汁 チーズ ごはん	米 油	とりむね肉 卵 油揚げ とうふ わかめ チーズ	にんじん たまねぎ えのきたけ 干し椎茸 さやえんどう 葉ねぎ	牛乳 ウエハース	牛乳 塩せんべい
27	土	【はなぐみ試食会】 揚げ肉のインド煮 フレンチサラダ ごはん	米 かたくり粉 油 さとう じゃがいも	とりむね肉 大豆	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ コーン ほうれん草	牛乳 ビスケット	
29	月	そぼろどんぶり 田舎汁 ヨーグルト	米 麦 油 さとう かたくり粉 さといも	鶏ひき肉 卵 生揚げ ヨーグルト	だいこん えのきたけ にんじん 葉ねぎ グリンピース	お茶 おこし	お茶 パイ菓子
30	火	煮魚(生揚げ) 合わせみそ汁 そら豆 ごはん	米 さとう	さかな わかめ 生揚げ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん 葉ねぎ そら豆	牛乳 チーズ菓子	牛乳 ごませんべい
31	水	さつま揚げ 五目スープ 食パン	食パン さとう 油 かたくり粉 パン粉	いわしすり身 とうふ 卵 ひじき ロースハム	しょうが 葉ねぎ にんじん たけのこ コーン チンゲンサイ もやし	牛乳 おかき	牛乳 ★ブルーベリーケーキ

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♪

