


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	親子煮 みそ汁 チーズ ごはん	米 油	鶏胸肉 卵 油揚げ 生わかめ チーズ	にんにく たまねぎ 干し椎茸 グリーンピース こまつな えのきだけ	牛 乳 ビスケット	牛 乳 おかし
2	火	煮魚 合わせみそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 板こんにゃく 一口ゼリー	さかな 生わかめ	しょうが たまねぎ なす にんにく 粟ねぎ	お 茶 ごませんべい	牛 乳 ★きなこクリームサンド
3	水	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 白ごま じゃがいも 小麦粉 パター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんにく グリンピース キャベツ コーン パセリ	牛 乳 ぼんせんべい	発酵乳 パイ菓子
4	木	じゃがいもと鶏肉の揚げ煮 中華スープ コッペパン	コッペパン じゃがいも かたくり粉 油 さとう	鶏もも肉 ベーコン	にんにく さやいんげん たまねぎ チンゲンサイ もやし	お 茶 おかし	★豆乳アップル クッキー
5	金	高野豆腐の煮物 みそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう	高野豆腐 鶏もも肉 生わかめ 味付け煮干し	にんにく たまねぎ 干し椎茸 グリーンピース なす はくさい 粟ねぎ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 ★ヨーグルトマフィン
6	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 あられ	
8	月	ジャージャー麺 もやしあえ ロールパン	ロールパン 中華めん 油 さとう ごま油 すりごま	豚ひき肉 ちくわ	にんにく しょうが にんにく だけのこ たまねぎ 粟ねぎ もやし きゅうり	お 茶 フルーツゼリー	牛 乳 塩せんべい
9	火	五目きんぴら かき玉汁 ごはん	米 かたくり粉 油 糸こんにゃく さとう 白ごま ごま油	鶏もも肉 揚げはん 卵	ごぼう にんにく さやいんげん たまねぎ 粟ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	お 茶 ★あじさいミルク
10	水	時計ごはん ツナあえ 白みそ汁 ごはん	米 じゃがいも 油 さとう かたくり粉 ごま油 すりごま	豚ひき肉 生わかめ ツナ	しょうが にんにく グリンピース キャベツ ほうれんそう もやし コーン えのきだけ 粟ねぎ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 ★ラスク
11	木	【誕生会】(4月誕生児) カレーチャーハン 鶏のから揚げ コンソメスープ ごはん	米 油 かたくり粉 じゃがいも	ウィンナー 鶏もも肉	たまねぎ 赤ピーマン グリーンピース しょうが もやし キャベツ にんにく コーン パセリ	牛 乳 クラッカー	紅 茶 ケーキ
12	金	ポークサンド ミネストローネ チーズ 食パン	食パン さとう かたくり粉 油 じゃがいも	豚もも肉 ベーコン チーズ	キャベツ にんにく セロリ たまねぎ トマト パセリ	お 茶 クッキー	★フルーツドリンク(イチゴ) ウエハース
13	土	おやこえんぞく (予備日20日)					
15	月	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 ふ	干しひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん	にんにく さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ しめじ ほうれんそう	お 茶 プリン	牛 乳 ★キャロットドーナツ
16	火	煮魚 合わせみそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 板こんにゃく 一口ゼリー	さかな 生わかめ	しょうが たまねぎ なす にんにく 粟ねぎ	お 茶 ごませんべい	牛 乳 ゆでとうもろこし
17	水	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 白ごま じゃがいも 小麦粉 パター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんにく グリンピース キャベツ コーン パセリ	牛 乳 ぼんせんべい	発酵乳 おかし
18	木	さつま揚げ 五目スープ ごはん	米 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 粟ねぎ にんにく キャベツ たまねぎ コーン チンゲンサイ	牛 乳 塩せんべい	お 茶 ★オレンジかん
19	金	高野豆腐の煮物 みそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう	高野豆腐 鶏もも肉 生わかめ 味付け煮干し	にんにく たまねぎ 干し椎茸 グリーンピース なす はくさい 粟ねぎ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 かりんとう
20	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 あられ	
22	月	ジャージャー麺 もやしあえ ロールパン	ロールパン 中華めん 油 さとう ごま油 すりごま	豚ひき肉 ちくわ	にんにく しょうが にんにく だけのこ たまねぎ 粟ねぎ もやし きゅうり	お 茶 フルーツゼリー	牛 乳 チーズ菓子
23	火	五目きんぴら かき玉汁 ごはん	米 かたくり粉 油 糸こんにゃく さとう 白ごま ごま油	鶏もも肉 揚げはん 卵	ごぼう にんにく さやいんげん たまねぎ 粟ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	お 茶 ★あじさいミルク
24	水	マーボーなす ばんさんすう 麦ごはん	米 はるさめ 麦 油 さとう かたくり粉 ごま油	豚ひき肉 豆腐 ロースハム	しょうが にんにく なす たまねぎ にんにく 粟ねぎ もやし きゅうり みかん	牛 乳 野菜せんべい	メロン類 あられ
25	木	【誕生会】(5月誕生児) ツナと野菜の洋風混ぜご飯 チキンカツ カレースープ ごはん	米 油 小麦粉 パン粉	ツナ 鶏ささ身 ロースハム	たまねぎ 赤ピーマン コーン グリーンピース もやし キャベツ にんにく しめじ パセリ	牛 乳 クラッカー	紅 茶 ケーキ
26	金	ポークサンド ミネストローネ チーズ 食パン	食パン さとう かたくり粉 油 じゃがいも	豚もも肉 ベーコン チーズ	キャベツ にんにく セロリ たまねぎ トマト パセリ	お 茶 クッキー	★サワードリンク ウエハース
27	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 ビスケット	
29	月	ひじきと大豆の炒め煮 合わせみそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう ふ	干しひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん	にんにく さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ しめじ ほうれんそう	お 茶 プリン	お 茶 ★レアチーズフルーツ
30	火	鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ レーズンロール	レーズンロール 油 さとう マカロニ マヨネーズ	鶏もも肉 大豆 ツナ	にんにく たまねぎ にんにく しめじ スズキニ トマト キャベツ コーン きゅうり	お 茶 おこし	牛 乳 ゆでとうもろこし

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。
 今月生まれた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♪

