

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 火	鶏肉の照り煮 中華コンンスープ <small>ごはん</small>	米 さとう かたくり粉	鶏もも肉 卵 スキムミルク	ブロッコリー たまねぎ にんじん チンゲンサイ クリームコーン	牛乳 クラッカー	お茶 ★わらび餅
2 水	いわしのハンバーグ風 春雨スープ <small>ごはん</small>	米 パン粉 油 はるさめ	いわしすり身 卵 牛乳 干しひじき ロースハム	しょうが 葉ねぎ キャベツ にんじん はくさい さやえんどう	お茶 塩せんべい	牛乳 クッキー
3 木	鮭の豆乳スープ煮 ハムサラダ <small>ロールパン</small>	ロールパン じゃがいも 油 サラダ油 さとう 白ごま	鮭 豆乳 ロースハム	ブロッコリー たまねぎ しめじ にんじん キャベツ コーン パセリ	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 ★りんごドーナツ
4 金	ゆかりごはん いり豆腐 キャベツのスープ煮 <small>麦ごはん</small>	米 麦 油 さとう	しほり豆腐 かまぼこ 卵 干しひじき ウィンナー	ゆかり粉 たまねぎ にんじん ほうれんそう 干し椎茸 えのきたけ キャベツ	お茶 フルーツゼリー	アイスクリーム あられ
5 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 かりんとう	
7 月	カレーライス フレンチサラダ <small>麦ごはん</small>	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも 小麦粉 バター	鶏もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり コーン	お茶 ごませんべい	牛乳 のり巻きせんべい
8 火	煮魚 白みそ汁 一口ゼリー <small>ごはん</small>	米 さとう 板こんにゃく じゃがいも	さかな 豆腐 生わかめ	しょうが たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 クッキー	牛乳 ★ピザ風蒸しパン
9 水	ミートボールのトマト煮 マカロニサラダ <small>ミルクロール</small>	ミルクロール パン粉 じゃがいも さとう 油 マヨネーズ マカロニ	豚ひき肉 牛乳 卵 ツナ	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース キャベツ コーン きゅうり	牛乳 チーズ菓子	お茶 ★みだらし団子
10 木	五目きんぴら みそ汁 <small>ごはん</small>	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 豆腐 生わかめ	ごぼう にんじん さやいんげん 葉ねぎ たまねぎ	牛乳 パイ菓子	★豆乳アップル クッキー
11 金	【つき組：宿泊保育】 カレーライス サラダ 他	米 サラダ油 さとう バター じゃがいも マヨネーズ	鶏もも肉 ロースハム	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり トマト	夕方：アイス	
12 土	【つき組：宿泊保育】 みんなで朝ごはんをつくります。					
14 月	そぼろどんぶり 豚汁 ヨーグルト <small>麦ごはん</small>	米 麦 さとう かたくり粉 油 じゃがいも	豚ひき肉 卵 鶏もも肉	グリンピース にんじん たまねぎ しめじ パセリ	牛乳 ビスケット	ぶどう ウエハース
15 火	なめしごはん コロック 鶏肉と野菜のカレースープ煮 <small>ごはん</small>	米 油 ポテトコロック	鶏もも肉	キャベツ パセリ にんじん じゃがいも たまねぎ しめじ	お茶 あられ	お茶 ★きなこおはぎ
16 水	鮭の豆乳スープ煮 ハムサラダ <small>食パン</small>	食パン じゃがいも 油 サラダ油 さとう 白ごま	鮭 豆乳 ロースハム	ブロッコリー たまねぎ しめじ にんじん キャベツ コーン パセリ	牛乳 塩せんべい	牛乳 あられ
17 木	いわしのハンバーグ風 春雨スープ <small>ごはん</small>	米 パン粉 油 はるさめ	いわしすり身 卵 牛乳 干しひじき ロースハム	しょうが 葉ねぎ キャベツ にんじん はくさい さやえんどう	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 ★フレックパー
18 金	ゆかりごはん いり豆腐 キャベツのスープ煮 <small>麦ごはん</small>	米 麦 油 さとう	しほり豆腐 かまぼこ 卵 干しひじき ウィンナー	ゆかり粉 たまねぎ にんじん ほうれんそう 干し椎茸 えのきたけ キャベツ	お茶 フルーツゼリー	★ココアミルク パイ菓子
19 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 クラッカー	
23 水	野菜の炊き合わせ しらす入り納豆和え <small>ごはん</small>	米 さとも 板こんにゃく さとう	高野豆腐 納豆 鶏もも肉 花かつお しらす干し	にんじん れんこん だいこん 干し椎茸 さやいんげん ほうれんそう もやし	牛乳 かりんとう	牛乳 塩せんべい
24 木	【誕生会】 インディアンライス 鶏のごま揚げ わかめスープ <small>ごはん</small>	米 油 ごま油 かたくり粉 白ごま	豚ひき肉 卵 鶏もも肉 豆腐 生わかめ	たまねぎ にんじん グリンピース しょうが にんにく キャベツ もやし	牛乳 クッキー	紅茶 ケーキ
25 金	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 <small>ごはん</small>	米 さとう 油	鶏もも肉 生わかめ	しょうが にんじん たまねぎ だいこん 葉ねぎ	お茶 おかき	牛乳 ★大学いも
26 土	【なかよし保育・引き取り訓練】	おたのしみランチ			牛乳 のり巻きせんべい	
28 月	そぼろどんぶり 豚汁 ヨーグルト <small>麦ごはん</small>	米 麦 さとう かたくり粉 油 じゃがいも	豚ひき肉 卵 鶏もも肉	グリンピース にんじん たまねぎ しめじ パセリ	お茶 野菜せんべい	牛乳 ごませんべい
29 火	鶏肉の照り煮 中華コンンスープ <small>ごはん</small>	米 さとう かたくり粉	鶏もも肉 卵 スキムミルク	ブロッコリー たまねぎ にんじん チンゲンサイ クリームコーン	牛乳 パイ菓子	お茶 ★シアチーズフルーツ
30 水	ミートボールのトマト煮 マカロニサラダ <small>ミルクロール</small>	ミルクロール パン粉 じゃがいも さとう 油 マヨネーズ マカロニ	豚ひき肉 牛乳 卵 ツナ	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース キャベツ コーン きゅうり	牛乳 おこし	お茶 ★焼きじゃこご飯

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・乳児食を食べます。

おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

