

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 木	鮭と野菜のみそ煮 小松菜の納豆和え ごはん	米 さとう かたくり粉	鮭 納豆 しらす干し 干しひじき 花かつお	だいこん にんじん しめじ 栗ねぎ こまつな	お茶 チーズ	お茶 ★月見だんご
2 金	まさご揚げ コンソメスープ レズンロール	レズンロール 油 かたくり粉 じゃがいも	豆腐 鶏ひき肉 しらす干し 卵 ウィンナー	にんじん 青ピーマン キャベツ パセリ コーン	牛乳 ごませんべい	牛乳 かりんとう
3 土	あきまつり(おみやげいろいろ)					
5 月	チキンカレー マカロニサラダ 麦ごはん	米 マカロニ 麦 マヨネーズ 油 パター じゃがいも 小麦粉	鶏もも肉 スキムミルク ツナ	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 コーン きゅうり	お茶 ビスケット	お茶 ★みそ煮おでん
6 火	ポークビーンズ フレンチサラダ 食パン	食パン 油 さとう サラダ油 じゃがいも	大豆 豚もも肉 ローズハム	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	牛乳 塩せんべい	牛乳 ★おからマフィン
7 水	マーボー豆腐 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	豆腐 豚ひき肉 ローズハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 栗ねぎ もやし きゅうり	牛乳 かりんとう	お茶 ★ラスク
8 木	魚の甘酢あんかけ ごまネーズ和え ごはん	米 すりごま 小麦粉 かたくり粉 さとう 油 マヨネーズ	日身魚 ちくわ	赤ピーマン たまねぎ だけのこ しめじ さやいんげん 根菜ねぎ キャベツ コーン ほうれんそう	牛乳 ぼんせんべい	あられ なし
9 金	【青空ランチ】 ラップおにぎり 鶏肉の竜田揚げ ポイル野菜 ごはん	米 白ごま かたくり粉 油 じゃがいも マヨネーズ	昆布つくだ煮 焼きのり 鶏もも肉	しょうが もやし にんじん ブロッコリー	お茶 フルーツゼリー	牛乳 あんまき
10 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 おかき	
12 月	肉野菜炒め 中華スープ ごはん	米 さとう 油	豚もも肉 鶏もも肉 豆腐	しょうが キャベツ にんじん しめじ 青ピーマン チンゲンサイ もやし	お茶 クッキー	牛乳 ふかしもち
13 火	煮魚 すまし汁 ごはん	米 さとう 板こんにゃく	さかな 生わかめ 豆腐	しょうが たまねぎ にんじん 栗ねぎ	お茶 ヨーグルト	牛乳 ★りんごドーナツ
14 水	うの花炒り 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう	鶏胸肉 ちくわ うの花 油揚げ 生わかめ	にんじん 干し椎茸 栗ねぎ たまねぎ だいこん	牛乳 あられ	牛乳 ★クッキー
15 木	れんごんのごま炒め 白みそ汁 味付け煮干し ごはん	米 じゃがいも 油 さとう 白ごま すりごま ごま油	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 味付け煮干し	れんごん にんじん さやえんどう 栗ねぎ	牛乳 ごませんべい	発酵乳 クラッカー
16 金	鮭と野菜のみそ煮 小松菜の納豆和え ごはん	米 さとう かたくり粉	鮭 納豆 しらす干し 干しひじき 花かつお	だいこん にんじん しめじ 栗ねぎ こまつな	お茶 チーズ	お茶 ★ホットドッグ
17 土	【なかよし保育】	おたのしみランチ			牛乳 パイ菓子	
19 月	チキンカレー マカロニサラダ 麦ごはん	米 マカロニ 麦 マヨネーズ 油 パター じゃがいも 小麦粉	鶏もも肉 スキムミルク ツナ	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 コーン きゅうり	お茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
20 火	ポークビーンズ フレンチサラダ 食パン	食パン 油 さとう サラダ油 じゃがいも	大豆 豚もも肉 ローズハム	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	牛乳 塩せんべい	牛乳 ★ふんわりかぼちゃ
21 水	マーボー豆腐 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	豆腐 豚ひき肉 ローズハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 栗ねぎ もやし きゅうり	牛乳 かりんとう	牛乳 おかき
22 木	【誕生会】 いもご飯 チキンカツ すまし汁 ごはん	米 ふ さつまいも 黒ごま 小麦粉 パン粉 油	鶏ささ身 豆腐 生わかめ	もやし たまねぎ 栗ねぎ	牛乳 ウエハース	紅茶 ケーキ
23 金	里いもと肉の揚げ煮 野菜スープ ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 油 さといも さとう	鶏もも肉 ローズハム	にんじん グリンピース キャベツ たまねぎ コーン	牛乳 ぼんせんべい	クッキー なし
24 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 おかき	
26 月	肉野菜炒め 中華スープ ごはん	米 さとう 油	豚もも肉 鶏もも肉 豆腐	しょうが キャベツ にんじん しめじ 青ピーマン チンゲンサイ もやし	お茶 クッキー	牛乳 塩せんべい
27 火	煮魚 すまし汁 ごはん	米 さとう 板こんにゃく	さかな 生わかめ 豆腐	しょうが たまねぎ にんじん 栗ねぎ	お茶 ヨーグルト	お茶 ★大学いも
28 水	【運動会リハーサル】 ホットドッグ チーズ 一口ゼリー ロールパン	ロールパン 一口ゼリー	ウィンナー チーズ		牛乳 おこし	お茶 ★ツナマヨ焼きご飯
29 木	れんごんのごま炒め 白みそ汁 味付け煮干し ごはん	米 じゃがいも 油 さとう 白ごま すりごま ごま油	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 味付け煮干し	れんごん にんじん さやえんどう 栗ねぎ	牛乳 野菜せんべい	発酵乳 クラッカー
30 金	うの花炒り 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう	鶏胸肉 ちくわ うの花 油揚げ 生わかめ	にんじん 干し椎茸 栗ねぎ たまねぎ だいこん	牛乳 あられ	牛乳 ★かぼちゃケーキ
31 土	運動会(おみやげいろいろ)					

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♪

