

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	げつ	ぶたにくのしょうがいため あわせみそしる ちーず ごはん	こめ さとう あぶら	ぶたももにく なまわかめ ちーず	しょうが にんじん たまねぎ だいこん はねぎ	おちゃ ふるーつぜりー	ぎゅうにゅう ★おからまふいん (れもん)
2	か	【えんないまめまき】 おまめごはん さかなのたつたあげ しろみそしる ごはん	こめ いたこんやく さとう かたくりこ あぶら じゃがいも	だいず あぶらあげ さかな とうふ なまわかめ	ほししいたけ にんじん さやいんげん しょうが もやし はねぎ	ぎゅうにゅう しおせんべい 	ぎゅうにゅう かりんとう (せつぶん・おみやげ)
3	すい	あつあげのそぼろに みそしる ごはん	こめ あぶら いたこんやく さとう かたくりこ	とりひきにく なまあげ あぶらあげ なまわかめ	ごぼう にんじん ほししいたけ さやえんどう はくさい だいこん はねぎ	おちゃ ぷりん	ぎゅうにゅう ★らすく
4	もく	かれーらいす ふれんちさらだ むぎごはん	こめ さらだあぶら むぎ さとう あぶら ばたー じゃがいも こむぎこ	ぶたももにく 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 ぐりんぴーす きゃべつ きゅうり こーん	ぎゅうにゅう ほんせんべい	おちゃ ★だいずのあまからあげ
5	きん	とうふとつなのはんぱーぐ わかめすーぷ しょくばん	しょくばん ばんこ あぶら しろごま	しほりとうふ つな たまこ なまわかめ ペーこん	たまねぎ ぶろっこりー にんじん えのきたけ もやし	ぎゅうにゅう あられ	ぎゅうにゅう びすけっと
6	ど	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *おにぎりがいります			ぎゅうにゅう おかし	
8	げつ	にくだんごのすーぷに はるさめさらだ あじつけにほし ごはん	こめ かたくりこ はるさめ まよねーす すりごま	とりひきにく あじつけにほし	しょうが にんじん たまねぎ いら はくさい ほししいたけ きゃべつ こーん きゅうり	ぎゅうにゅう のりまきせんべい	おちゃ ★ここあどーなつ
9	か	なめしごはん とりにくのことことに たらちゃんじる ごはん	こめ さとう	とりももにく うずらたまご たら なまわかめ	だいこん にんじん ぐりんぴーす しょうが はくさい しめじ	おちゃ よーぐると	ぎゅうにゅう ★まかろにあべかわ
10	すい	ほわいとしちゅー つなさらだ くろろーる	くろろーる さらだあぶら じゃがいも あぶら ばたー こむぎこ さとう	とりももにく ぎゅうにゅう つな	にんじん たまねぎ しめじ ぐりんぴーす きゃべつ あかびーまん きゅうり こーん	ぎゅうにゅう くつきー	おちゃ しおせんべい
12	きん	にざかな 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 なまわかめ	しょうが ごぼう たまねぎ えのきたけ はねぎ	ぎゅうにゅう かりんとう	ぎゅうにゅう ★そいこあけーき
13	ど	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *おにぎりがいります			ぎゅうにゅう くつきー	
15	げつ	ぶたにくのしょうがいため あわせみそしる ちーず ごはん	こめ さとう あぶら	ぶたももにく なまわかめ ちーず	しょうが にんじん たまねぎ だいこん はねぎ	おちゃ ふるーつぜりー	ぎゅうにゅう ★まーまれーどけーき
16	か	あつあげのそぼろに みそしる ごはん	こめ あぶら いたこんやく さとう かたくりこ	とりひきにく なまあげ あぶらあげ なまわかめ	ごぼう にんじん ほししいたけ さやえんどう はくさい だいこん はねぎ	ぎゅうにゅう うえはーす	ぎゅうにゅう ★じゃこぼーる
17	すい	はくさいのくりーむに はむさらだ みるくろーる	みるくろーる しろごま あぶら ばたー さとう こむぎこ さらだあぶら	ペーこん すきむみるく なまくりーむ ろーすはむ	はくさい にんじん ばせり たまねぎ しめじ きゃべつ りんご きゅうり	ぎゅうにゅう びすけっと	おちゃ のりまきせんべい
18	もく	かれーらいす ふれんちさらだ むぎごはん	こめ さらだあぶら むぎ さとう あぶら ばたー じゃがいも こむぎこ	ぶたももにく 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 ぐりんぴーす きゃべつ きゅうり こーん	ぎゅうにゅう ほんせんべい	ぎゅうにゅう くつきー
19	きん	とうふとつなのはんぱーぐ わかめすーぷ しょくばん	しょくばん ばんこ あぶら しろごま	しほりとうふ つな たまこ なまわかめ ペーこん	たまねぎ ぶろっこりー にんじん えのきたけ もやし	ぎゅうにゅう あられ	おちゃ ★とうにゅうみそりそっと
20	ど	【なかよしほいく・きつけのかい】	おたのしみらんち			ぎゅうにゅう おかし	
22	げつ	きりほしだいこんのにつけ みそしる あじつけにほし ごはん	こめ あぶら さとう	とりももにく とうふ きざみこんぶ あぶらあげ なまわかめ あじつけにほし	きりほしだいこん にんじん さやいんげん たまねぎ しめじ はねぎ	ぎゅうにゅう おこし	ぎゅうにゅう ★ふれーくばー
24	すい	ほとふ ぶたにくのけちやっぷあじ ちーず ごはん	こめ じゃがいも あぶら さとう かたくりこ	ういんなー ぶたももにく ちーず	にんじん たまねぎ きゃべつ ばせり あおびーまん	ぎゅうにゅう くらっかー	ごませんべい かんきつるい
25	もく	にみそ ごまあえ むぎごはん	こめ すりごま むぎ さといも いたこんやく あぶら さとう	とりももにく あぶらあげ ちくわ	ごぼう だいこん にんじん ほうれんそう きゃべつ	ぎゅうにゅう ばいがし	おちゃ あんまん
26	きん	【たんじょうかい】 わかめごはん しゅんぎくのかきあげ すましじる ごはん	こめ しろごま こむぎこ かたくりこ あぶら	しらすほし ほしわかめ ぶたももにく かまぼこ	しゅんぎく たまねぎ にんじん もやし だいこん なましいたけ みつば	ぎゅうにゅう やさいせんべい	こうちゃ けーき
27	ど	【かぞくふれあいのひ】 【ゆうぎかい はな・つき・じく】	ゆうぎかい(おみやげ)			ぎゅうにゅう おかし	
28	いち	【ゆうぎかい あか・そら・ゆき・ほし】	ゆうぎかい(おみやげ)				

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♪



0

9

8

7

6

5

4

3

2

1

0

9

8