
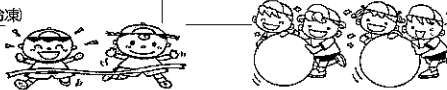



日曜	献立名	材 料 名			おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午前	午後
1 金	魚のマヨソースかけ 野菜スープ みかん ロールパン	ロールパン 小麦粉 パン粉(乾燥) 油	白身魚 卵	ブロッコリー みかん キャベツ たまねぎ にんじん コーン缶 グリーンピース(冷凍)	牛乳 チーズ菓子	発酵乳 あられ
2 土	【なかよし保育】 おたのしみランチ 			牛乳 塩せんべい		
4 月	里いもとひき肉のカレー煮 きのごサラダ レーズンロール	レーズンロール 油 さといも かたくり粉 すりごま(白) マヨネーズ	豚ひき肉 スキムミルク ツナ缶	にんじん しめじ たまねぎ しょうが グリンピース(冷凍) ほうれんそう えのきだけ	牛乳 あられ	豆乳 パイ菓子
5 火	ごぼう入り肉だんご 中華スープ 麦ごはん	米 麦 ごま油 かたくり粉 油	鶏ひき肉 豆腐 卵 ベーコン	しょうが ごぼう もやし はくさい にんじん にら	牛乳 ポーロ	牛乳 クラッカー
6 水	ポトフ ハムサラダ ミルクロール	ミルクロール サラダ油 さとう 白ごま	鶏もも肉 ロースハム	かぶ コーン缶 にんじん もやし たまねぎ キャベツ パセリ ほうれんそう	発酵乳 おかき	牛乳 キャラメルポテト
7 木	シーフードカレー フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 バター じゃがいも 小麦粉	ツナ缶 いか むぎえび スキムミルク ロースハム	しょうが きゅうり にんにく 赤ピーマン たまねぎ コーン缶 にんじん グリンピース(冷凍)キャベツ	牛乳 ビスケット	りんごジュース のり巻きせんべい
8 金	れんごんのごま炒め 合わせみそ汁 ごはん	米 さといも ごま油 さとう 白ごま 油 すりごま(白)	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	れんごん さやいんげん にんじん 葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 りんご ビスケット
9 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		
12 火	豆腐の中華煮 ばんさんすう クロロール	クロロール 油 かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾) さとう	豆腐 鶏もも肉 ロースハム	にんにく 干し椎茸 しょうが もやし はくさい きゅうり にんじん 赤ピーマン チンゲンサイ たけのこ缶	フルーツゼリー	ココアミルク 小麦胚芽クッキー
13 水	ゆかりごはん 秋野菜のうま煮 ぶ玉汁 ごはん	米 さといも 油 さとう ぶ かたくり粉	鶏もも肉 生わかめ 卵 削り節	ゆかり粉 さやいんげん ごぼう にんじん たまねぎ 葉ねぎ れんごん だいこん 干し椎茸	牛乳 かりんとう	野菜果汁 あんまき
14 木	煮魚 みそ汁 チーズ ごはん	米 さとう 板こんにゃく	さかな 油揚げ 煮干し チーズ	しょうが にんじん だいこん 葉ねぎ たまねぎ	牛乳 おこし	お茶 さつまいもカナッペ
15 金	魚のマヨソースかけ 野菜スープ みかん ロールパン	ロールパン マヨネーズ 小麦粉 パン粉(乾燥) 油	白身魚 卵	ブロッコリー みかん キャベツ たまねぎ にんじん コーン缶 グリーンピース(冷凍)	牛乳 チーズ菓子	発酵乳 あられ
16 土	うんどうかい(おみやげいろいろ) 					
18 月	里いもとひき肉のカレー煮 きのごサラダ レーズンロール	レーズンロール 油 さといも かたくり粉 すりごま(白) マヨネーズ	豚ひき肉 スキムミルク ツナ缶	にんじん しめじ たまねぎ しょうが グリンピース(冷凍) ほうれんそう えのきだけ	牛乳 あられ	豆乳 パイ菓子
19 火	ごぼう入り肉だんご 中華スープ 麦ごはん	米 麦 ごま油 かたくり粉 油	鶏ひき肉 豆腐 卵 ベーコン	しょうが ごぼう もやし はくさい にんじん にら	牛乳 ポーロ	牛乳 クラッカー
20 水	チキンサンド スイートポタージュ ーロゼリー 食パン	食パン さとう さつまいも バター ーロゼリー	鶏もも肉 牛乳 生クリーム	キャベツ たまねぎ パセリ	発酵乳 レーズンクッキー	お茶 ごまみそだんご
21 木	シーフードカレー フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 バター じゃがいも 小麦粉	ツナ缶 いか むぎえび スキムミルク ロースハム	しょうが きゅうり にんにく 赤ピーマン たまねぎ コーン缶 にんじん グリンピース キャベツ	牛乳 ビスケット	りんごジュース のり巻きせんべい
22 金	ゆかりごはん 秋野菜のうま煮 ぶ玉汁 ごはん	米 さといも 油 さとう ぶ かたくり粉	鶏もも肉 生わかめ 卵 削り節	ゆかり粉 さやいんげん ごぼう にんじん たまねぎ 葉ねぎ れんごん だいこん 干し椎茸	牛乳 かりんとう	野菜果汁 ワッフル
23 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 せんべい		
25 月	月見うどん 酢みそあえ 味付け煮干 ごはん	米 うどん(生) さとう	かまぼこ 卵 削り節 しらす干し 生わかめ 味付け煮干	ほうれんそう しめじ きゅうり にんじん たけのこ缶	牛乳 コーンフレーク	牛乳 かりんとう
26 火	豆腐の中華煮 ばんさんすう クロロール	クロロール 油 かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾) さとう	豆腐 鶏もも肉 ロースハム	にんにく 干し椎茸 しょうがもやし はくさい きゅうり にんじん 赤ピーマン チンゲンサイ たけのこ缶	フルーツゼリー	ココアミルク 小麦胚芽クッキー
27 水	【誕生会】 インディアンライス ししゃもフライ わかめスープ ごはん	米 油 小麦粉 パン粉(乾燥) 白ごま	豚ひき肉 ししゃも 卵 豆腐 生わかめ	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ えのきだけ もやし	牛乳 ウエハース	紅茶 ケーキ
28 木	煮魚 みそ汁 チーズ ごはん	米 さとう 板こんにゃく	さかな 油揚げ 煮干し チーズ	しょうが にんじん だいこん 葉ねぎ たまねぎ	牛乳 おこし	お茶 さつまいもカナッペ
29 金	れんごんのごま炒め 合わせみそ汁 ごはん	米 さといも ごま油 さとう 白ごま 油 すりごま(白)	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	れんごん さやいんげん にんじん 葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 りんご ビスケット
30 土	明照まつり(おみやげいろいろ) 					

今月生まれの子には誕生会の日にプレゼントがあります。乳児はトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。