



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	野菜の炊き合わせ しらす入り納豆あえ 麦ごはん	米 麦 じゃがいも さとう	高野豆腐 鶏もも肉 削り節 しらす干し 納豆 花かつお	にんじん たまねぎ さやえんどう 干し椎茸 ほうれんそう もやし	牛 乳 ウエハース	牛 乳 ★ヨーグルトマフィン
2 水	春雨のそぼろ炒め 中華コーンスープ 味付け煮干 クロロール	クロロール ごま油 油 緑豆はるさめ さとう かたくり粉	豚ひき肉 豆腐 卵 味付け煮干	しょうが にんにく 葉ねぎ 生椎茸 たけのこ缶 にんじん たまねぎ チンゲンサイ クリームコーン缶	フルーツゼリー	牛 乳 塩せんべい
3 木	豚肉のしょうが炒め 中華スープ チーズ ごはん	米 さとう 油	豚もも肉 ベーコン チーズ	しょうが たまねぎ キャベツ コーン缶 はくさい にんじん	牛 乳 ぼんせんべい	お 茶 ★じゃこボール
4 金	インディアンスパゲッティ コンソメスープ ロールパン	ロールパン スパゲティ 油 じゃがいも	合びき肉 ウィンナー	にんじん 青ピーマン たまねぎ しめじ にんにく しょうが キャベツ パセリ コーン缶	牛 乳 チーズ菓子	お 茶 ★わらび餅
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 パイ菓子	
7 月	魚の梅煮 けんちん汁 一口ゼリー 麦ごはん	米 麦 板こんにゃく さとう 一口ゼリー	さかな 豆腐 油揚げ 削り節	梅干し しょうが にんじん だいこん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 おかき
8 火	カレー肉じゃが ツナときゅうりの酢の物 ごはん	米 じゃがいも 糸こんにゃく さとう 油	豚もも肉 削り節 ツナ缶	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ きゅうり もやしコーン缶	牛 乳 かりんとう	野菜果汁 ★バナナケーキ
9 水	エビのチリソース煮 ハムサラダ ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 油 さとう ごま油 マヨネーズ	むきえび ロースハム チーズ	しょうが にんにく たまねぎ 根菜ねぎ グリンピース(冷凍) キャベツ 青ピーマン ほうれんそう	牛 乳 クラッカー	お茶 ★ごまみそだんご
10 木	ハッシュドビーフ りんごサラダ ごはん	米 マカロニ じゃがいも サラダ油 油 バター 小麦粉 さとう	牛肉	にんじん たまねぎグリーンピース(冷凍) しょうが にんにく キャベツ りんご きゅうり コーン缶	牛 乳 レーズンクッキー	発酵乳 巨 峰 おかき
11 金	トマトソースハンバーグ 野菜スープ レーズンロール	レーズンロール パン粉(乾燥) かたくり粉 油 じゃがいもマヨネーズ	豚ひき肉 豆腐 卵 ロースハム	たまねぎ キャベツ にんじん コーン缶 グリンピース(冷凍)	牛 乳 おこし	★豆乳アップル チーズ菓子
12 土	【そふほのつどい (おみやげ: 和菓子セット)】				フルーツゼリー	
14 月	ハムカツサンド 豆乳スープ チーズ 食パン	食パン 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 じゃがいも	ロースハム 卵 鶏もも肉 豆乳 チーズ	キャベツ にんじん たまねぎ しめじ	牛 乳 ごませんべい	なし クラッカー
15 火	野菜の炊き合わせ しらす入り納豆あえ 麦ごはん	米 麦 じゃがいも さとう	高野豆腐 鶏もも肉 削り節 しらす干し 納豆 花かつお	にんじん たまねぎ さやえんどう 干し椎茸 ほうれんそう もやし	牛 乳 ウエハース	牛乳 みたらしだんご
16 水	春雨のそぼろ炒め 中華コーンスープ 味付け煮干 クロロール	クロロール ごま油 油 緑豆はるさめ さとう かたくり粉	豚ひき肉 豆腐 卵 味付け煮干	しょうが にんにく 葉ねぎ 生椎茸 たけのこ缶 にんじん たまねぎ チンゲンサイ クリームコーン缶	フルーツゼリー	牛 乳 小麦胚芽クッキー
17 木	【誕生会】吹き寄せご飯 鶏のから揚げ 白みそ汁 ごはん	米 糸こんにゃく 油 かたくり粉	油揚げ 鶏もも肉 豆腐 生わかめ 煮干し	にんじん さやえんどう 干し椎茸 しょうが もやし たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	発酵乳 ごませんべい	紅 茶 ケーキ
18 金	インディアンスパゲッティ コンソメスープ ロールパン	ロールパン スパゲティ 油 じゃがいも	合びき肉 ウィンナー	にんじん 青ピーマン たまねぎ しめじ にんにく しょうが キャベツ パセリ コーン缶	牛 乳 チーズ菓子	★手作りプリン
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 パイ菓子	
24 木	ビビンバ わかめスープ 一口ゼリー ごはん	米 油 さとう ごま油 白ごま 一口ゼリー	豚ひき肉 豆腐 生わかめ ベーコン	しょうが にんにく 根菜ねぎ ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ えのきたけ	牛 乳 塩せんべい	お 茶 ★きなこおはぎ
25 金	トマトソースハンバーグ 野菜スープ レーズンロール	レーズンロール パン粉(乾燥) かたくり粉 油 じゃがいもマヨネーズ	豚ひき肉 豆腐 卵 ロースハム	たまねぎ キャベツ にんじん コーン缶 グリンピース(冷凍)	牛 乳 おこし	★豆乳アップル チーズ菓子
26 土	【なかよし保育】 おたのしみランチ				牛 乳 おかき	
28 月	魚の梅煮 けんちん汁 一口ゼリー 麦ごはん	米 麦 板こんにゃく さとう 一口ゼリー	さかな 豆腐 油揚げ 削り節	梅干し しょうが にんじん だいこん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ	牛 乳 ウエハース	お 茶 ★月見だんご
29 火	カレー肉じゃが ツナときゅうりの酢の物 ごはん	米 じゃがいも 糸こんにゃく さとう 油	豚もも肉 削り節 ツナ缶	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ きゅうり もやしコーン缶	牛 乳 かりんとう	牛 乳 おかき
30 水	五目大豆 みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう	大豆 鶏胸肉 角切りこんぶ 削り節 油揚げ	にんじん れんこん さやえんどう 干し椎茸 だいこん たまねぎ オクラ	牛 乳 のり巻きせんべい	牛 乳 ★ふんわりかぼちゃ

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♪

