

| 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 | 肉の風味炒め 玉米湯(玉米-炒) レーズンロール | レーズンロール 油 さとう かたくり粉 | 豚もも肉 牛乳 | しょうが にんにく キャベツ にんじん たまねぎ クリームコーン缶 葉ねぎ | 牛 乳 クッキー | お 茶 ★わらび餅 |
| 2 金 | ツナそばろどんぶり けんちん汁 一口ゼリー 麦ごはん | 米 麦 さとう 油 さといも 一口ゼリー | ツナ缶 卵 刻みのり 豆腐 油揚げ 削り節 | しょうが さやえんどう にんじん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ | 牛 乳 ぼんせんべい | 発酵乳 ぶどう ウエハース |
| 3 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 おこし | |
| 5 月 | ゆかりごはん 月見うどん 酢みそあえ ごはん | 米 干しうどん(乾) さとう | 鶏胸肉 卵 削り節 ちくわ 生わかめ | ゆかり粉 ほうれんそう しめじ にんじん もやし きゅうり たけのこ缶 | 発酵乳 フラスク | 牛 乳 ごませんべい |
| 6 火 | かみかみ揚げ 豆乳スープ チーズ クロロール | クロロール 小麦粉 油 じゃがいも | ちりめんじゃこ ちくわ 卵 ウィナー 豆乳 チーズ | 切干しだいこん にんじん たまねぎ みつば もやし チンゲンサイ コーン缶 | 牛 乳 塩せんべい | お 茶 なし クッキー |
| 7 水 | じゃがいも金平 白みそ汁 ごはん | 米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう 白ごま ぶ | 豚もも肉 揚げはん 豆腐 煮干し | にんじん さやいんげん たまねぎ しめじ 葉ねぎ | 牛 乳 あられ | お 茶 ★豆乳&黒糖寒天 (小豆添え) |
| 8 木 | 煮魚 合わせみそ汁 一口ゼリー ごはん | 米 さとう 板こんにゃく 一口ゼリー | さかな 削り節 | しょうが たまねぎ かぼちゃ にんじん 葉ねぎ | 牛 乳 ビスケット | 牛 乳 ★手作りみたらし団子 |
| 9 金 | ツナサラダサンド ミネストローネ フルーツゼリー 食パン | 食パン じゃがいも 油 フルーツゼリー マヨネーズ | ツナ缶 鶏ささ身 | きゅうり 赤ピーマン にんじん キャベツ セロリー たまねぎ トマト缶詰(ダイズ) パセリ | 牛 乳 パイ菓子 | アイスクリーム おかき |
| 10 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 | |
| 12 月 | チキンカレー キャベツサラダ ごはん | 米 油 じゃがいも バター 小麦粉 さとう サラダ油 | 鶏もも肉 スキムミルク ツナ缶 | にんにく しょうが たまねぎ にんじんグリーンピース(冷凍) コーン缶 キャベツ 赤ピーマン きゅうり | りんごジュース クラッカー | お 茶 プリンアラモード |
| 13 火 | ポトフ いり卵 バターロール | バターロール じゃがいも 油 | ウィナー しらす干し 卵 | にんじん たまねぎ キャベツパセリ えのきたけ コーン缶 ほうれんそう | 牛 乳 のり巻きせんべい | 牛 乳 塩せんべい |
| 14 水 | マーボー豆腐 中華サラダ 麦ごはん | 米 麦 油 さとう かたくり粉 ごま油 白ごま | 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 葉ねぎ キャベツ みかん缶 きゅうり コーン缶 | 牛 乳 かりんとう | お 茶 ★月見だんご |
| 15 木 | ゆかりごはん 月見うどん 酢みそあえ ごはん | 米 干しうどん(乾) さとう | 鶏胸肉 卵 削り節 ちくわ 生わかめ | ゆかり粉 ほうれんそう しめじ にんじん もやし きゅうり たけのこ缶 | 牛 乳 ウエハース | 牛 乳 ごませんべい |
| 16 金 | 高野豆腐の卵とじ みそ汁 ごはん | 米 油 | 高野豆腐 ちくわ 卵 削り節 | にんじん たまねぎ さやえんどう こまつな だいこん えのきたけ | ヨーグルト | オレンジジュース ★りんごドーナツ |
| 17 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 塩せんべい | |
| 20 火 | かみかみ揚げ 豆乳スープ チーズ クロロール | クロロール 小麦粉 油 じゃがいも | ちりめんじゃこ ちくわ 卵 ウィナー 豆乳 チーズ | 切干しだいこん にんじん たまねぎ みつば もやし チンゲンサイ コーン缶 | 牛 乳 塩せんべい | お 茶 なし クッキー |
| 21 水 | じゃがいも金平 白みそ汁 ごはん | 米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう 白ごま ぶ | 豚もも肉 揚げはん 豆腐 煮干し | にんにく しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ キャベツ みかん缶 きゅうり コーン缶 | 牛 乳 あられ | お 茶 ★きなこおはぎ |
| 23 金 | ツナサラダサンド ミネストローネ フルーツゼリー 食パン | 食パン じゃがいも 油 フルーツゼリー マヨネーズ | ツナ缶 鶏ささ身 | きゅうり 赤ピーマン にんじん キャベツ セロリー たまねぎ トマト缶詰(ダイズ) パセリ | 牛 乳 パイ菓子 | 牛 乳 おかき |
| 24 土 | 【なかよし保育】 おたのしみランチ | | | | 牛 乳 おかき |  |
| 26 月 | チキンカレー キャベツサラダ ごはん | 米 油 じゃがいも バター 小麦粉 さとう サラダ油 | 鶏もも肉 スキムミルク ツナ缶 | にんにく しょうが たまねぎ にんじんグリーンピース(冷凍) コーン缶 キャベツ 赤ピーマン きゅうり | りんごジュース クラッカー | 牛 乳 塩せんべい |
| 27 火 | 酢鶏 わかめスープ ミルクロール | ミルクロール さとう かたくり粉 油(揚げ油) 油(炒め油) ごま油 いちごジャム 白ごま | 鶏もも肉 生わかめ ベーコン | たまねぎ にんじん たけのこ缶 干し椎茸 グリンピース(冷凍) パイン缶 だいこん もやし | 牛 乳 ぼんせんべい | お 茶 ★のりじゃこ焼きごはん |
| 28 水 | マーボー豆腐 中華サラダ 麦ごはん | 米 麦 油 さとう かたくり粉 ごま油 白ごま | 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 葉ねぎ キャベツみかん缶 きゅうり コーン缶 | 牛 乳 かりんとう | 牛 乳 クッキー |
| 29 木 | 【誕生会】 カラフルチャーハン 鶏のから揚げ 野菜スープ ごはん | 米 油 かたくり粉 じゃがいも | ローズハム 鶏もも肉 | たまねぎ にんじん 青ピーマン 赤ピーマン コーン缶 しょうが もやし しめじ キャベツ パセリ | 牛 乳 おかき | 紅 茶 ケーキ |
| 30 金 | 高野豆腐の卵とじ みそ汁 ごはん | 米 油 | 高野豆腐 ちくわ 卵 削り節 | にんじん たまねぎ さやえんどう こまつな だいこん えのきたけ | ヨーグルト | オレンジジュース ★りんごドーナツ |

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♪

