

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	筑前煮 白みそ汁 ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し	にんじん ごぼう れんこん 干し椎茸 さやいんげん えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 ★マカロニ安倍川
2 金	すいとん れんこん炒め ロールパン	ロールパン 白玉粉 小麦粉 さつまいも 油 さとう	鶏胸肉 ちくわ 削り節 ベーコン	だいこん にんじん 干し椎茸 葉ねぎ れんこん ブロッコリー	牛 乳 クッキー	お 茶 ★豆乳みそリゾット
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 塩せんべい	
5 月	豆腐の中華煮 もやしあえ ごはん	米 油 かたくり粉 ごま油 すりごま(白) さとう	豆腐 豚もも肉 ツナ缶 生わかめ	にんにく しょうが はくさい にんじん チンゲンサイ たまねぎ 干し椎茸 もやし キャベツ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 あられ
6 火	ポークビーンズ 切り干し大根のサラダ クロロール	クロロール じゃがいも 油 さとう すりごま(白) マヨネーズ	大豆(水煮) 豚もも肉 ツナ缶	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) 切干しいんげん キャベツ きゅうり 赤ピーマン	牛 乳 ビスケット	野菜果汁 ★りんごドーナツ
7 水	関東煮 大豆と小魚のごまからめ ごはん	米 板こんにゃく 油 かたくり粉 さとう 白ごま	揚げ半ボール うすら卵 削り節 だしこんぶ 大豆(水煮) たつくり	にんじん だいこん	牛 乳 塩せんべい	オレンジジュース ★ コーンフレーク クッキー
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 だいこん にんじん しめじ 葉ねぎ	牛 乳 おかき	牛 乳 かりんとう
9 金	イタリアンサンド 野菜のスープ煮 味付け煮干し 食パン	食パン 油 パン粉(乾燥) じゃがいも	ベーコン スライスチーズ 豚もも肉 味付け煮干し	たまねぎ 青ピーマン しめじ はくさい にんじん コーン缶 パセリ	牛 乳 クッキー	発酵乳 ★ごぼうチップス
10 土	【家族ふれあいの日】 【10.11日 作品展】	ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 あられ	
12 月	そばろどんぶりのっぺい汁 フルーツゼリー ごはん	米 さとう かたくり粉 油 さといも フルーツゼリー	鶏ひき肉 卵 刻みのり 生揚げ 削り節	グリーンピース(冷凍) だいこん にんじん 葉ねぎ	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 塩せんべい
13 火	揚げ肉のインド煮 ハムサラダ ミルクロール	ミルクロール 白ごま かたくり粉 油 さとう じゃがいも サラダ油	鶏胸肉 ロースハム	にんじん たまねぎ グリーンピース(冷凍) キャベツ りんご きゅうり	牛 乳 かりんとう	お 茶 ★チーズ蒸しパン
14 水	ハッシュドポーク フレンチサラダ 麦ごはん	米 さとう 麦 サラダ油 じゃがいも 油 バター 小麦粉	豚もも肉	にんじん たまねぎ しょうが グリーンピース(冷凍) コーン缶 にんにく キャベツ ほうれんそう	牛 乳 ウエハース	りんご クッキー
15 木	筑前煮 白みそ汁 ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し	にんじん ごぼう れんこん 干し椎茸 さやいんげん えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 ★マカロニ安倍川
16 金	【クリスマス会】 ケチャップライス フライドチキン 野菜スープ ごはん	米 油 小麦粉 じゃがいも	 ウィナー 鶏もも肉	たまねぎ にんじん 青ピーマン もやし しめじ キャベツ コーン缶 パセリ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ★マーブルケーキ 
17 土	【なかよし保育】 煮こみうどん プリン	干しうどん(乾) プリン	鶏胸肉 油揚げ 削り節	かぼちゃ にんじん 干し椎茸 根深ねぎ	牛 乳 クッキー	
19 月	豆腐の中華煮 もやしあえ ごはん	米 油 かたくり粉 ごま油 すりごま(白) さとう	豆腐 豚もも肉 ツナ缶 生わかめ	にんにく しょうが はくさい にんじん チンゲンサイ たまねぎ 干し椎茸 もやし キャベツ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 あられ
20 火	関東煮 大豆と小魚のごまからめ ごはん	米 板こんにゃく 油 かたくり粉 さとう 白ごま	揚げ半ボール うすら卵 削り節 だしこんぶ 大豆(水煮) たつくり	にんじん だいこん	牛 乳 ビスケット	お 茶 ★ピザポテト
21 水	ポークビーンズ 切り干し大根のサラダ クロロール	クロロール じゃがいも 油 さとう すりごま(白) マヨネーズ	大豆(水煮) 豚もも肉 ツナ缶	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) 切干しいんげん キャベツ きゅうり 赤ピーマン	牛 乳 塩せんべい	野菜果汁 ★りんごドーナツ
22 木	【誕生会】混ぜごはん 高野豆腐の漬け揚げ すまし汁 ごはん	米 油 糸こんにゃく ふ さとう ごま油 小麦粉 かたくり粉	鶏もも肉 削り節 油揚げ 高野豆腐 ベーコン 卵 生わかめ	にんじん 干し椎茸 グリーンピース(冷凍) みつば たまねぎ コーン缶 根深ねぎ もやし しめじ	牛 乳 ぼんせんべい	紅 茶 ケーキ
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 あられ	
26 月	ゆかりごはん ひじきの炒め煮 みそ汁 チーズ 麦ごはん	米 麦 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 ひじき 揚げはん 削り節 油揚げ 生わかめ チーズ	ゆかり粉 たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 さやいんげん はくさいたまねぎ 葉ねぎ	牛 乳 おかき	牛 乳 ★パンプティング
27 火	おもちつき (きなこもち・ロールパン・発酵乳)				牛 乳 あられ	みかん せんべい
28 水	【保育おさめ】 年越しにゆうめん 鶏肉の照り煮 ごはん	米 そうめん さとう	油揚げ 削り節 鶏もも肉	ほうれんそう たまねぎ にんじん 葉ねぎ もやし	牛 乳 クラッカー	豆 乳 のり巻きせんべい

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♪

