

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 水	みそ煮おでん 彩りいり卵 麦ごはん	米 麦 さといも 板こんにゃく さとう 油	生揚げ ちくわ 削り節 卵 ウィナー	だいこん ほうれんそう たまねぎ にんじん	牛 乳 ウエハース	牛 乳 塩せんべい
2 木	肉のマーマレード炒め 白菜のスープ煮 味付け煮干 レーズンロール	レーズンロール マーマレード(低糖度) 油	豚もも肉 ベーコン 味付け煮干	たまねぎ にんじん にんにく はくさい しめじ パセリ	牛 乳 クッキー	発酵乳 ★おからケーキ
3 金	【園内豆まき】 お豆ごはん 魚フライ 白みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう 小麦粉 パン粉(乾燥) 油	大豆 油揚げ 削り節 さかな 卵	干し椎茸 にんじん さやいんげん もやし だいこん たまねぎ えのきだけ 菜ねぎ	フルーツゼリー	お 茶 ★ラップおにぎり (おみやげ 落花生・菓子)
4 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	
6 月	マーボー豆腐 ばんさんすう ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 菜ねぎ もやし きゅうり	牛 乳 ぼんせんべい	★ココアミルク クラッカー
7 火	ごぼう入り肉だんご 中華スープ バターロール	バターロール ごま油 かたくり粉 油	豚ひき肉 豆腐 卵 ベーコン	しょうが ごぼう プロックリー はくさい しめじ にんじん	牛 乳 クッキー	野菜果汁 ★コーン蒸しパン
8 水	ゆかりごはん 大根とつくねの煮物 小松菜の納豆和え 麦ごはん	米 麦 かたくり粉 さとう	鶏ひき肉 花かつお 卵 削り節 納豆 しらす干し ひじき	ゆかり粉 グリンピース(冷凍) だいこん にんじん しめじ こまつな	牛 乳 おかき	みかん クッキー
9 木	ポテトサンド 豆乳スープ 味付け煮干 食パン	食パン じゃがいも 油 マヨネーズ	ベーコン 鶏もも肉 豆乳 味付け煮干	にんじん グリンピース(冷凍) はくさい たまねぎ しめじ	牛 乳 パイ菓子	お 茶 ★シアチーズフルーツ
10 金	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 生わかめ 削り節	しょうが たまねぎ だいこん にんじん 菜ねぎ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ★春菊だんご
13 月	カレーうどん ゴマあえ ごはん	米 干しうどん(乾) かたくり粉 さとう すりごま(白)	豚もも肉 油揚げ 削り節 ちくわ	にんじん たまねぎ 根深ねぎ ほうれんそう もやし	牛 乳 あられ	ヨーグルト ウエハース
14 火	魚の甘酢あんかけ たまごスープ クロロール	クロロール 小麦粉 かたくり粉 さとう 油	白身魚 生わかめ 卵	赤ピーマン たまねぎ だけのこ缶 さやいんげん 根深ねぎ にんじん だいこん しめじ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ★ココアケーキ
15 水	みそ煮おでん 彩りいり卵 麦ごはん	米 麦 さといも 板こんにゃく さとう 油	生揚げ ちくわ 削り節 卵 ウィナー	だいこん ほうれんそう たまねぎ にんじん	牛 乳 ウエハース	牛 乳 塩せんべい
16 木	肉のマーマレード炒め 白菜のスープ煮 味付け煮干 レーズンロール	レーズンロール マーマレード(低糖度) 油	豚もも肉 ベーコン 味付け煮干	たまねぎ にんじん にんにく はくさい しめじ パセリ	牛 乳 おかき	お 茶 肉まん
17 金	カレーライス フレンチサラダ ごはん	米 さとう 油 じゃがいも 小麦粉 バター サラダ油	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ きゅうり コーン缶	牛 乳 ビスケット	牛 乳 おかき
18 土	【なかよし保育・つきぐみ着付けの会】	おたのしみランチ			牛 乳 あられ	
20 月	マーボー豆腐 ばんさんすう ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 菜ねぎ もやし きゅうり	牛 乳 ぼんせんべい	★ココアミルク クラッカー
21 火	ホワイトシチュー ツナサラダ バターロール	バターロール サラダ油 じゃがいも 油 バター 小麦粉 さとう	鶏もも肉 牛乳 ツナ缶	にんじん たまねぎ しめじ グリンピース(冷凍) キャベツ 赤ピーマン きゅうり コーン缶	牛 乳 ウエハース	牛 乳 ★かりんとうドーナツ
22 水	鶏肉のコトコト煮 みそ汁 ごはん	米 さとう	鶏もも肉 うすら卵 油揚げ 削り節	だいこん しょうが はくさい にんじん たまねぎ 菜ねぎ	牛 乳 あられ	牛 乳 ごませんべい
23 木	ポテトサンド 豆乳スープ 味付け煮干 食パン	食パン じゃがいも 油 マヨネーズ	ベーコン 鶏もも肉 豆乳 味付け煮干	にんじん グリンピース(冷凍) はくさい たまねぎ しめじ	牛 乳 パイ菓子	お 茶 ★雑 炊
24 金	【誕生会】 チャーハン 鶏のから揚げ わかめスープ ごはん	米 油 片栗粉 白ごま	むきえび 豚もも肉 生わかめ	玉ねぎ 赤ピーマン 青ピーマン コーン缶 しょうが もやし えのきだけ はくさい にんじん	牛 乳 かりんとう	紅 茶 ケーキ
25 土	【家族ふれあいの日】 八宝麺 フルーツゼリー	中華めん(生) 油 かたくり粉 ごま油 フルーツゼリー	むきえび 豚もも肉	にんじん たまねぎ 干し椎茸 キャベツ チンゲンサイ	牛 乳 クッキー	
26 日		ゆうぎかい(おみやげ)				
28 火	魚の甘酢あんかけ たまごスープ クロロール	クロロール 小麦粉 かたくり粉 さとう 油	白身魚 生わかめ 卵	赤ピーマン たまねぎ だけのこ缶 さやいんげん 根深ねぎ にんじん だいこん しめじ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ★りんごケーキ

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♪

