

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 土	【家族ふれあいの日】 <b>ふれあいランチ</b> *おにぎりがいります				牛 乳 ウエハース	
3 月	ビビンバ わかめスープ フルーツゼリー ごはん	米 油 さとう ごま油 白ごま フルーツゼリー	豚ひき肉 しぼり豆腐 ロースハム 生わかめ	しょうが にんにく 根深ねぎ ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ しめじ	牛 乳 塩せんべい	★抹茶ミルク ビスケット
4 火	香り焼きそば 中華スープ ロールパン	ロールパン 蒸し中華めん 油 ごま油	豚もも肉 いか ベーコン	しょうが にんにく 葉ねぎ キャベツ たら 赤ピーマン だいこん しめじ グリンピース(冷凍)	牛 乳 のり巻きせんべい	りんご クッキー
5 水	五目大豆 白みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう	大豆 鶏胸肉 刻み昆布 削り節 生わかめ	にんじん れんこん さやいんげん 干し椎茸 はくさい たまねぎ 葉ねぎ	プリン	牛 乳 ふかしもち
6 木	ポテトサンド 鶏肉と野菜の加熱スープ 煮 一口ゼリー 食パン	食パン じゃがいも 油 マヨネーズ 一口ゼリー	ベーコン 鶏もも肉	赤ピーマン コーン缶 パセリ キャベツ にんじん たまねぎ グリンピース(冷凍)	牛 乳 おかき	牛 乳 ★ふんわりかぼちゃ
7 金	秋野菜のうま煮 合わせみそ汁 ごはん	米 さといも 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん ごぼう れんこん だいこん 干し椎茸 さやえんどう たまねぎ 葉ねぎ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 あんまき
8 土	【家族ふれあいの日】 <b>ふれあいランチ</b> *おにぎりがいります				牛 乳 おかき	
11 火	煮魚(ごぼう) みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 一口ゼリー	さかな 削り節	しょうが ごぼう たまねぎ ほうれんそう にんじん	牛 乳 ビスケット	牛 乳 塩せんべい
12 水	里いもと肉の揚げ煮 五目スープ ごはん	米 かたくり粉 油 さといも さとう	鶏もも肉 ロースハム	にんじん さやいんげん たまねぎ たけのこ缶 コーン缶 チンゲンサイ	牛 乳 ごませんべい	オレンジジュース ★ココアクリームサンド
13 木	さつま揚げ 野菜スープ チーズ クロロール	クロロール さとう かたくり粉 パン粉(乾燥) 油	いわしすり身 豆腐 卵 ひじき ロースハム チーズ	しょうが 葉ねぎ にんじん もやし キャベツ たまねぎ グリンピース(冷凍)	牛 乳 パイ菓子	お 茶 ★ラップおにぎり
14 金	豚肉のオイスター炒め かき玉スープ ごはん	米 さつまいも 油 かたくり粉	豚もも肉 卵	青ピーマン にんじん コーン缶 ほうれんそう えのきたけ	発酵乳 ぼんせんべい	牛 乳 ★野菜チップス
15 土	【家族ふれあいの日】 <b>ふれあいランチ</b> *おにぎりがいります				牛 乳 クッキー	
17 月	ビビンバ わかめスープ フルーツゼリー ごはん	米 油 さとう ごま油 白ごま フルーツゼリー	豚ひき肉 しぼり豆腐 ロースハム 生わかめ	しょうが にんにく 根深ねぎ ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ しめじ	牛 乳 塩せんべい	★抹茶ミルク ビスケット
18 火	香り焼きそば 中華スープ ロールパン	ロールパン 蒸し中華めん 油 ごま油	豚もも肉 いか ベーコン	しょうが にんにく 葉ねぎ キャベツ たら 赤ピーマン だいこん しめじ グリンピース(冷凍)	牛 乳 のり巻きせんべい	りんご クッキー
19 水	五目大豆 白みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう	大豆 鶏胸肉 刻み昆布 削り節 生わかめ	にんじん れんこん さやいんげん 干し椎茸 はくさい たまねぎ 葉ねぎ	プリン	牛 乳 ふかしもち
20 木	ポテトサンド 鶏肉と野菜の加熱スープ 煮 一口ゼリー 食パン	食パン じゃがいも 油 マヨネーズ 一口ゼリー	ベーコン 鶏もも肉	赤ピーマン コーン缶 パセリ キャベツ にんじん たまねぎ グリンピース(冷凍)	牛 乳 おかき	りんごジュース 塩せんべい
21 金	煮魚(ごぼう) みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 一口ゼリー	さかな 削り節	しょうが ごぼう たまねぎ ほうれんそう にんじん	牛 乳 ウエハース	発酵乳 ★かぼちゃドーナツ
22 土	<b>うんどうかい (おみやげいろいろ)</b>					
24 月	ミートボールのトマト煮 ツナサラダ レーズンロール	レーズンロール パン粉(乾燥) じゃがいも さとう 油 サラダ油	豚ひき肉 牛乳 卵 ツナ缶	たまねぎ にんじん 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 クッキー	豆 乳 ごませんべい
25 火	秋野菜のうま煮 合わせみそ汁 ごはん	米 さといも 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん ごぼう れんこん だいこん 干し椎茸 さやえんどう たまねぎ 葉ねぎ	牛 乳 かりんとう	牛 乳 ★ふんわりかぼちゃ
26 水	里いもと肉の揚げ煮 五目スープ ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 油 さといも さとう	鶏もも肉 ロースハム	にんじん さやいんげん たまねぎ たけのこ缶 コーン缶 チンゲンサイ	牛 乳 ビスケット	牛 乳 おかき
27 木	【誕生会】 いもご飯 えび入りかき揚げ すまし汁 ごはん	米 さつまいも 黒ごま 小麦粉 油	むきえび 卵 豆腐 削り節	たまねぎ にんじん コーン缶 葉ねぎ もやし だいこん しめじ みつば	牛 乳 ごませんべい	紅 茶 ケーキ
28 金	豚肉のオイスター炒め かき玉スープ ごはん	米 さつまいも 油 かたくり粉	豚もも肉 卵	青ピーマン にんじん コーン缶 ほうれんそう えのきたけ	発酵乳 ぼんせんべい	お 茶 ★みそ煮おでん
29 土	【なかよし保育】 <b>おたのしみランチ</b>				牛 乳 クッキー	
31 月	きのこカレー ハムサラダ 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも 小麦粉 バターサラダ油 さとう	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ グリンピース(冷凍) キャベツ りんご きゅうり	牛 乳 あられ	牛 乳 ★かぼちゃケーキ

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♪

