

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 金	揚げ肉のインド煮 大豆サラダ ロールパン	ロールパン かたくり粉 油 さとう じゃがいも マヨネーズ	鶏胸肉 大豆(水煮) ツナ缶	にんじん たまねぎ キャベツ グリーンピース(冷凍) コーン缶	牛 乳 ごませんべい	お 茶 ★ラップおにぎり
2 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	
4 月	ゆかりごはん いり豆腐 ツナときゅうりの酢の物 ごはん	米 油 さとう	しほり豆腐 かまぼこ 卵 ひじき ツナ缶	ゆかり粉 たまねぎ にんじん ほうれんそう 干し椎茸 きゅうり もやし コーン缶 キャベツ	牛 乳 あられ	牛 乳 クラッカー
5 火	ピピンバ 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 しほり豆腐 生わかめ ベーコン	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 えのきたけ たまねぎ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 ★フレクパー
6 水	トマトソースハンバーグ 野菜スープ ミルクロール	ミルクロール(粉乾燥) かたくり粉 油	豚ひき肉 豆腐 卵 ロースハム	たまねぎ もやし キャベツ えのきたけ にんじん グリーンピース(冷凍) コーン缶	牛 乳 クッキー	★豆乳ヨーグルト のりせんべい
7 木	鶏肉のコトコト煮 白みそ汁 麦ごはん	米 麦 さとう	鶏もも肉 うずら卵 油揚げ 生わかめ 煮干し	だいこん にんじん しょうが なす たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 塩せんべい	アイスクリーム クッキー
8 金	ポトフ 肉のマーマレード炒め クロロール	クロロール じゃがいも マーマレード(低糖度) 油	ウィンナー 豚もも肉	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ にんにく	お 茶 ぼんせんべい	発酵乳 ★野菜ジュース蒸しパン
9 土		そふほのつと (おみやげ:和菓子セット)			フルーツゼリー	
11 月	カレーライス ハムサラダ ごはん	米 さとう 油 白ごま 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 コーン缶 パセリ	牛 乳 黒糖せんべい	★サワードリンク あられ
12 火	香り焼きそば 五目スープ バターロール	バターロール 蒸し中華めん 油 ごま油	豚もも肉 いか ロースハム	しょうが にんにく 葉ねぎ キャベツ たら 赤ピーマン にんじん えのきたけ コーン缶 チンゲンサイ	フルーツゼリー	牛 乳 ★枝豆蒸しパン
13 水	野菜の炊き合わせ しらす入り納豆あえ チーズ ごはん	米 油 さといも 板こんにゃく さとう	鶏もも肉 チーズ 揚げはん 削り節 しらす干し 納豆 花かつお	にんじん ごぼう 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	お 茶 なし クッキー
14 木	ツナサラダサンド 豆乳スープ ヨーグルト 食パン	食パン じゃがいも 油 マヨネーズ	ツナ缶 ベーコン 豆乳 ヨーグルト	きゅうり 赤ピーマン たまねぎ にんじん キャベツ しめじ	牛 乳 クッキー	お 茶 ★みたらし団子
15 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 葉ねぎ	牛 乳 ビスケット	牛 乳 おかき
16 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	
19 火	豚肉の中華炒め 豆腐とにらのスープ ごはん	米 油 さとう かたくり粉	豚もも肉 豆腐 卵	しょうが にんにく たまねぎ チンゲンサイ にんじん しめじ にもやし	りんごジュース チーズ菓子	発酵乳 ★りんごドーナツ
20 水	トマトソースハンバーグ 野菜スープ ミルクロール	ミルクロール(粉乾燥) かたくり粉 油	豚ひき肉 豆腐 卵 ロースハム	たまねぎ もやし キャベツ えのきたけ にんじん グリーンピース(冷凍) コーン缶	牛 乳 おこし	★豆乳ヨーグルト のり巻きせんべい
21 木	鶏肉のコトコト煮 白みそ汁 麦ごはん	米 麦 さとう	鶏もも肉 うずら卵 油揚げ 生わかめ 煮干し	だいこん にんじん しょうが なす たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 塩せんべい	★ココアミルク パイ菓子
22 金	ポトフ 肉のマーマレード炒め クロロール	クロロール じゃがいも マーマレード(低糖度) 油	ウィンナー 豚もも肉	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ にんにく	お 茶 ぼんせんべい	牛 乳 ★きなこおはぎ
25 月	カレーライス ハムサラダ ごはん	米 さとう 油 白ごま 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 コーン缶 パセリ	牛 乳 クッキー	牛 乳 かりんとう
26 火	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 葉ねぎ	牛 乳 ビスケット	牛 乳 ★バナナケーキ
27 水	野菜の炊き合わせ しらす入り納豆あえ チーズ ごはん	米 油 さといも 板こんにゃく さとう	鶏もも肉 チーズ 納豆 揚げはん 削り節 しらす干し 花かつお	にんじん ごぼう さやえんどう 干し椎茸 ほうれんそう もやし	牛 乳 野菜せんべい	お 茶 なし クッキー
28 木	【誕生会】吹き寄せご飯 鶏のごま揚げ すまし汁 ごはん	米 心 糸こんにゃく ごま油 かたくり粉 白ごま 油	油揚げ 削り節 鶏もも肉 卵 ちくわ	にんじん さやえんどう 干し椎茸 しょうが にんにく もやし たまねぎ みつば	牛 乳 おかき	紅 茶 ケーキ
29 金	揚げ肉のインド煮 大豆サラダ レーズンロール	レーズンロール かたくり粉 油 さとう じゃがいも マヨネーズ	鶏胸肉 大豆(水煮) ツナ缶	にんじん たまねぎ キャベツ グリーンピース(冷凍) コーン缶	牛 乳 かりんとう	お 茶 ★ラップおにぎり
30 土	【なかよし保育】 【引き取り訓練】	おたのしみランチ			牛 乳 ビスケット	

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♪

