

ひ	よう	こんだてめい	ざいりょうめい			おやつ	
			ねつとちからになるもの	ちやにくになるもの	からだのちようしきととのえるもの	ごぜん	ごご
1	げつ	あきやさいのうまにあわせみそしる ごはん	さといも あぶら さとう	とりももにく なまわかめ とうふ にほし	にんじん ごぼう れんこん はねぎ たまねぎ はくさい ぐりんぴーす ほししいだけ	ぎゅうにゅう くらっかー	ぎゅうにゅう ★よーぐるとむしけーき
2	か	さといもとにくのあげにちゅうかすーぶ ごはん	かたくりこ あぶら さといも さとう	とりももにく ペーこん	にんじん ちんげんさい しめじ たまねぎ ぐりんぴーす	よーぐると	ぎゅうにゅう ★ふれーくばー
3	すい	きのこかれー つなさらだ むぎごはん	あぶら じゃがいも こむぎこ ばたー さとう さらだあぶら	ぶたももにく すきむみるく つなかん	しょうが にんにく えのきだけ にんじん きゃべつ たまねぎ ぐりんぴーす あかびーまん こーんかん きゅうり しめじ	ぎゅうにゅう ばいがし	ぎゅうにゅう ごませんべい
4	もく	ごもくだいず しろみそしる あじつけにほし ごはん	いたこんにやく さとう	だいず あじつけにほし とりむねにく けずりぶし あぶらあげ なまわかめ きざみこんぶ	にんじん れんこん ほししいだけ たまねぎ だいこん はねぎ	おちゃ ちーず	ぎゅうにゅう ふかしいも
5	きん	れんこんとおおほのつくね はるさめすーぶ こっぺばん	はるさめ ばんこ あぶら かたくりこ ごまあぶら	とりひきにく とうふ ペーこん	れんこん おおほ ぐりんぴーす きゃべつ にんじん たまねぎ	ぎゅうにゅう かりんどう	★さわーどりんく のりまきせんべい
6	ど	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *おにぎりがいります			ぎゅうにゅう ほんせんべい	
9	か	にざかな みそしる ひとくちぜりー ごはん	さとう いたこんにやく ひとくちぜりー	さかな あぶらあげ けずりぶし	しょうが はくさい たまねぎ にんじん はねぎ	おちゃ しおせんべい	ぎゅうにゅう ★だいがくいも
10	すい	【うんどうかいりはーさる】 ほっとどっぐ ちーず ひとくちぜりー ろーるばん	ろーるばん ひとくちぜりー	ういんなー ちーず		ぎゅうにゅう くつきー	おちゃ ★つなまよやきごはん
11	もく	かれーびーふん かきたますーぶ こっぺばん	びーふん あぶら かたくりこ	ぶたももにく たまご とうふ なまわかめ	にんにく にんじん たまねぎ しめじ なら	ぎゅうにゅう ごませんべい	とうにゅう びすけっと
12	きん	ゆかりごはん かぶとつくねのもの しらあえ ごはん	かたくりこ さとう すりごま	とりひきにく けずりぶし とうふ ろーすはむ	ゆかりこ かぶ ほうれんそう にんじん しめじ もやし	ふるーつぜりー	ぎゅうにゅう ふるーつかすてら
13	ど	うんどうかい(おみやげいろいろ)					
15	げつ	あきやさいのうまにあわせみそしる ごはん	さといも あぶら さとう	とりももにく なまわかめ とうふ にほし	にんじん ごぼう れんこん はねぎ たまねぎ はくさい ぐりんぴーす ほししいだけ	ぎゅうにゅう しおせんべい	ぎゅうにゅう ★かなっぺ(さつまいも)
16	か	さといもとにくのあげにちゅうかすーぶ ごはん	かたくりこ あぶら さといも さとう	とりももにく ペーこん	にんじん ちんげんさい しめじ たまねぎ ぐりんぴーす	よーぐると	ぎゅうにゅう ★りんごまふいん
17	すい	きのこかれー つなさらだ むぎごはん	あぶら じゃがいも こむぎこ ばたー さとう さらだあぶら	ぶたももにく すきむみるく つなかん	しょうが にんにく えのきだけ にんじん きゃべつ たまねぎ ぐりんぴーす あかびーまん こーんかん きゅうり しめじ	ぎゅうにゅう ばいがし	おちゃ ★つきみだんご
18	もく	ごもくだいず しろみそしる あじつけにほし むぎごはん	いたこんにやく さとう	だいず あじつけにほし とりむねにく けずりぶし あぶらあげ なまわかめ きざみこんぶ	にんじん れんこん ほししいだけ たまねぎ だいこん はねぎ	おちゃ ちーず	やさいかじゅう ごませんべい
19	きん	れんこんとおおほのつくね はるさめすーぶ こっぺばん	かたくりこ ばんこ あぶら はるさめ ごまあぶら	とりひきにく とうふ ペーこん	れんこん おおほ きゃべつ にんじん たまねぎ ぐりんぴーす	ぎゅうにゅう おこし	はっこうにゅう かき くつきー
20	ど	【かぞくふれあいのひ】	ふれあいらんち *おにぎりがいります			ぎゅうにゅう ほんせんべい	
22	げつ	まーぼーどうふ ばんさんすう ごはん	あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら はるさめ	とうふ ぶたひきにく ろーすはむ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ はねぎ もやし みかんかん きゅうり	ぎゅうにゅう くつきー	★ここあみるく しおせんべい
23	か	にざかな みそしる ひとくちぜりー ごはん	さとう いたこんにやく ひとくちぜりー	さかな あぶらあげ けずりぶし	しょうが はくさい たまねぎ にんじん はねぎ	ぎゅうにゅう やさいせんべい	おちゃ ★おからどーなつ
24	すい	ほとふ にくのまーまれーど ちーず しょくばん	じゃがいも まーまれーど あぶら	ういんなー ぶたももにく ちーず	にんじん たまねぎ きゃべつ ばせり あおびーまん しめじ にんにく	ぎゅうにゅう のりまきせんべい	おちゃ ★みそにおでん
25	もく	【たんじょうかい】 ふきよせごはん とりのからあげ すましじる ごはん	いとこんにやく ふ あぶら かたくりこ	あぶらあげ けずりぶし とりももにく なまわかめ	ほししいだけ さやえんどう にんじん しょうが もやし たまねぎ だいこん みつば	おちゃ しおせんべい	こうちゃ けーき
26	きん	かれーびーふん かきたますーぶ こっぺばん	びーふん あぶら かたくりこ	ぶたももにく とうふ たまご なまわかめ	にんにく にんじん たまねぎ しめじ なら	ふるーつぜりー	とうにゅう びすけっと
27	ど	【なかよしほいく】	おたのしみらんち 			ぎゅうにゅう おかき	
29	げつ	つなそぼろどんぶりの のっぺいじる よーぐると むぎごはん	さとう あぶら さといも かたくりこ	つなかん たまご あぶらあげ けずりぶし よーぐると ちくわ	しょうが さやえんどう だいこん にんじん はねぎ	おちゃ うえはーす	ぎゅうにゅう しおせんべい
30	か	ほわいとしちゅー ふれんちさらだ ろーるばん	じゃがいも あぶら ばたー こむぎこ さらだあぶら さとう	とりももにく ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ しめじ ぐりんぴーす きゃべつ ほうれんそう こーんかん	おちゃ おかき	やさいかじゅう ★ふんわりかぼちゃ
31	すい	ゆかりごはん かぶとつくねのもの しらあえ ごはん	かたくりこ さとう すりごま	とりひきにく けずりぶし とうふ ろーすはむ	ゆかりこ かぶ にんじん しめじ ほうれんそう もやし	ぎゅうにゅう ほんせんべい	ぎゅうにゅう ★ばんびんきけーき

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♪

