

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】	ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 ビスケット	
3 月	なめしごはん 切り干し大根の煮付け 北海みそ汁 ごはん	米 油 さとう じゃがいも	鶏もも肉 あげはん 刻み昆布 鮭 削り節	切り干し大根 にんじん さやいんげん しめじ たまねぎ 葉ねぎ	お 茶 スティックチーズ	お 茶 ★れんこんチップス 一口ゼリー
4 火	ポークビーンズ 切り干し大根のサラダ ごはん	米 じゃがいも 油 さとう すりごま マヨネーズ	大豆 豚もも肉 ツナ缶	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース 赤ピーマン 切り干し大根 きゅうり	お 茶 パイ菓子	牛 乳 ★肉まん風蒸しパン
5 水	関東煮 大豆と小魚のごまからめ チーズ 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 チーズ うずら卵 たつくり 削り節 大豆 だし昆布	にんじん だいこん	牛 乳 塩せんべい	みかん ビスケット
6 木	冬野菜のなかよし煮 みそ汁 味付け煮干し 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 削り節 味付け煮干し	にんじん ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 だいこん 葉ねぎ	発酵乳 ほんせんべい	★ココアミルク 塩せんべい
7 金	チキンカレー ハムサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 白ごま じゃがいも バター 小麦粉	鶏もも肉 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 キャベツ コーン缶 パセリ	牛 乳 クラッカー	発酵乳 ★コーンフレッククッキー
8 土	【家族ふれあいの日】 【8、9日作品展】	ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 おかし	
10 月	魚の甘酢あんかけ わかめスープ 食パン	食パン 小麦粉 かたくり粉 さとう 油 白ごま	白身魚 生わかめ	赤ピーマン たまねぎ もやし たけのこ缶 グリンピース 根深ねぎ えのきたけ にんじん	牛 乳 チーズ菓子	りんご 味付け煮干し
11 火	煮魚 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 だいこん にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 ★もちもちドーナツ
12 水	肉団子と白菜のスープ煮 れんこん炒め コッパパン	コッパパン かたくり粉 油 さとう	鶏ひき肉 ベーコン	しょうが にんじん たまねぎ はくさい しめじ れんこん コーン缶	お 茶 あられ	牛 乳 ★まかろに安倍川
13 木	うの花炒り(エビ) 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう	むきえび うの花 生わかめ 油揚げ 削り節 ちくわ	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ ほうれんそう たまねぎ	フルーツゼリー	牛 乳 ★ごまクッキー
14 金	【誕生会】 混ぜごはん 白身魚の磯部揚げ すまし汁 ごはん	米 ふ さとう 小麦粉 かたくり粉 油 糸こんにゃく	鶏もも肉 白身魚 あおりの 生わかめ 削り節 油揚げ	にんじん 干し椎茸 グリーンピース もやし たまねぎ だいこん みつば	牛 乳 ビスケット	紅 茶 ケーキ
15 土	【なかよし保育】 煮込みうどん プリン	干しうどん 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 のり巻きせんべい	
17 月	なめしごはん 切り干し大根の煮付け 北海みそ汁 ごはん	米 油 さとう じゃがいも	鶏もも肉 あげはん 刻み昆布 鮭 削り節	切り干し大根 にんじん さやいんげん しめじ たまねぎ 葉ねぎ	お 茶 スティックチーズ	豆 乳 クッキー
18 火	グラタン風シチュー ツナサラダ レーズンロール	レーズンロール 油 さとう バター 小麦粉 サラダ油 パン粉 マカロニ	鶏もも肉 むきえび 生クリーム チーズ スキムミルク ツナ缶	パセリ にんじん たまねぎ キャベツ 赤ピーマン きゅうり コーン缶	お 茶 野菜せんべい	牛 乳 ★フレックバー
19 水	【青空ランチ】 ラップおにぎり から揚げ ポイル野菜 一口チーズ	米 油 かたくり粉 白ごま	鶏もも肉 チーズ こんぶ佃煮 わかめ しらす おかか サクフレック	しょうが ゆかり うめぼし にんじん とうもろこし 枝豆	牛 乳 クラッカー	牛 乳 イチゴサンド
20 木	冬野菜のなかよし煮 みそ汁 味付け煮干し 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 削り節 味付け煮干し	にんじん ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 だいこん 葉ねぎ	発酵乳 ほんせんべい	★ココアミルク ごませんべい
21 金	【クリスマス会】 カレーチャーハン フライドチキン コンソメスープ ごはん	米 小麦粉 じゃがいも 油	豚ひき肉 鶏もも肉	たまねぎ にんじん もやし グリーンピース キャベツ コーン缶 パセリ	牛 乳 おかし	牛 乳 ★マーブル蒸しパン 
22 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 クッキー	
25 火	煮魚 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 だいこん にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 ウエハース	お 茶 ★ピザポテト
26 水	おもちゃつき (きなこもち・ウィンナーパン・発酵乳)				フルーツゼリー	みかん せんべい
27 木	トマトソースハンバーグ コンソメスープ ごはん	ミルクロール パン粉 かたくり粉 油 じゃがいも	豚ひき肉 豆腐 卵 ウィンナー	たまねぎ ブロッコリー にんじん パセリ	牛 乳 あられ	牛 乳 芋切り干し おかし
28 金	【保育おさめ】 年越しにゆうめん 鶏肉の照り煮 味付け煮干し ごはん	米 そうめん さとう	油揚げ 削り節 鶏もも肉 味付け煮干し	ほうれんそう たまねぎ にんじん ブロッコリー	牛 乳 おこし	お 茶 プリンアラモード

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の特典があります。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♪

