

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 あられ	
3 月	【園内豆まぎ】 お豆ごはん 魚の笹田揚げ みそ汁 ごはん	米 さとう かたくり粉 油	 大豆 油揚げ 削り節 さかな 生わかめ	干し椎茸 にんじん もやし さやいんげん しょうが だいこん たまねぎ 粟ねぎ	お 茶 チーズ	牛 乳 ★きな粉蒸しパン (おみやげ:落花生、菓子)
4 火	煮魚 合わせみそ汁 一口ゼリー ごはん	米 じゃがいも 板こんにゃく さとう 一口ゼリー	さかな 油揚げ 削り節	しょうが えのきだけ にんじん 粟ねぎ	牛 乳 クッキー	牛 乳 ★じゃこボール
5 水	肉団子のスープ煮 はるさめサラダ ごはん	米 かたくり粉 はるさめ マヨネーズ	鶏ひき肉 ロースハム 味付け煮干し	しょうが にんじん はくさい グリーンピース キャベツ しめじ 赤ピーマン きゅうり	牛 乳 クラッカー	牛 乳(100) かんきつ類 ごませんべい
6 木	ポトフ 豚肉のケチャップ味 チーズ レズンロール	レズンロール 油 じゃがいも さとう かたくり粉	ウィンナー 豚もも肉 味付け煮干し	にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー しめじ 青ピーマン コーン	お 茶 チーズ菓子	牛 乳 パイ菓子
7 金	切り干し大根の煮付け みそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう	鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐 生わかめ 味付け煮干し	切り干し大根 にんじん さやいんげん たまねぎ しめじ 粟ねぎ	牛 乳 ウエハース	お 茶 ★みたらし団子
8 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	
10 月	厚揚げのそぼろ煮 白みそ汁 ごはん	米 油 板こんにゃく さとう かたくり粉	鶏ひき肉 生揚げ 削り節 生わかめ	ごぼう にんじん 干し椎茸 さやえんどう はくさい だいこん 粟ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	お 茶 ★あんまん
12 水	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 味付け煮干し ごはん	米 さとう 油	豚もも肉 豆腐 煮干し 味付け煮干し	しょうが にんじん たまねぎ だいこん こまつな しめじ	お 茶 ヨーグルト	牛 乳 ビスケット
13 木	豆腐とツナのハンバーグ 中華スープ 食パン	食パン パン粉 油	しほり豆腐 ツナ 卵 ベーコン	たまねぎ ブロッコリー チンゲンサイ もやし にんじん	牛 乳 あられ	お 茶 ★豆乳みそリゾット
14 金	なめしごはん 鶏肉のコトコト煮 たらちゃん汁 ごはん	米 さとう	鶏もも肉 たら うずら卵 生わかめ 削り節	だいこん にんじん しょうが グリーンピース たまねぎ はくさい しめじ	お 茶 フルーツゼリー	牛 乳 ★ココアマドレーヌ
15 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 ごませんべい	
17 月	煮みそ もやしあえ 麦ごはん	米 すりごま 油 ごま油 さといも 麦 板こんにゃく さとう	鶏もも肉 油揚げ 削り節 ロースハム	ごぼう だいこん にんじん もやし キャベツ きゅうり	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 塩せんべい
18 火	ホワイトシチュー ツナサラダ クロロール	クロロール サラダ油 じゃがいも 油 パター 小麦粉 さとう	豚もも肉 豆腐 牛乳 味付け煮干し	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース キャベツ きゅうり 赤ピーマン コーン	牛 乳 クッキー	野菜果汁 ★おからマフィン
19 水	カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 小麦粉 じゃがいも パター	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 グリーンピース キャベツ きゅうり コーン	お 茶 クラッカー	牛 乳 ★ラスク
20 木	煮魚 合わせみそ汁 一口ゼリー ごはん	米 じゃがいも 板こんにゃく さとう 一口ゼリー	さかな 油揚げ 削り節	しょうが えのきだけ にんじん 粟ねぎ	牛 乳 おこし	牛 乳 ★マカロニ安倍川
21 金	切り干し大根の煮付け みそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう	 鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐 生わかめ 味付け煮干し	切り干し大根 にんじん さやいんげん たまねぎ しめじ 粟ねぎ	牛 乳 ウエハース	お 茶 ★プリンアラモード
22 土	【なかよし保育】	おたのしみランチ			牛 乳 塩せんべい	
25 火	厚揚げのそぼろ煮 白みそ汁 ごはん	米 油 板こんにゃく さとう かたくり粉	鶏ひき肉 生揚げ 削り節 生わかめ	ごぼう にんじん 干し椎茸 さやえんどう はくさい だいこん 粟ねぎ	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 ★マーマレードケーキ
26 水	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 チーズ ごはん	米 さとう 油	豚もも肉 豆腐 煮干し チーズ	しょうが にんじん たまねぎ だいこん こまつな しめじ	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳(100) かんきつ類 ごませんべい
27 木	豆腐とツナのハンバーグ 中華スープ コッパパン	コッパパン パン粉 油	しほり豆腐 ツナ 卵 ベーコン	たまねぎ ブロッコリー チンゲンサイ もやし にんじん	牛 乳 あられ	豆 乳 のり巻きせんべい
28 金	【誕生会】 わかめごはん 春菊のかき揚げ すまし汁 ごはん	米 油 小麦粉 かたくり粉 心	しらす干し 生わかめ かつお節 削り節 豚もも肉	しゅんぎく たまねぎ コーン もやし ほうれんそう しめじ にんじん	牛 乳 野菜せんべい	紅 茶 ケーキ
29 土	【家族ふれあいの日】 【遊戯会準備】	ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 クッキー	

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♪

