

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 火	煮魚 みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 一口ゼリー	さかな 生揚げ 削り節	しょうが はくさい たまねぎ にんじん えのきたけ 栗ねぎ	牛 乳 塩せんべい	お 茶 ★大学芋
2 水	チキンカレー マカロニサラダ 麦ごはん	米 マカロニ 麦 マヨネーズ 油 パター じゃがいも 小麦粉	鶏もも肉 スキムミルク ツナ	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 きゅうり	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 ★りんごドーナツ
3 木	ツナと大豆のトマト煮 フレンチサラダ レズンロール	レズンロール じゃがいも 油 さとう サラダ油	大豆 ツナ ロースハム	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり コーン	お 茶 ビスケット	★サワードリンク ウエハース
4 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 煮干し	にんじん ごぼう れんこん 干し椎茸 グリンピース たまねぎ はくさい 栗ねぎ	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 おかき
5 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 クラッカー	
7 月	鮭と野菜のみそ煮 ゴマあえ 味付け煮干し ごはん	米 さとう かたくり粉 すりごま	鮭 削り節 ちくわ 味付け煮干し	だいこん にんじん しめじ 栗ねぎ ほうれんそう キャベツ	お 茶 フルーツゼリー	牛 乳 あんまき
8 火	里いもと肉の揚げ煮 中華スープ ごはん	米 かたくり粉 油 さといも さとう	鶏もも肉 ベーコン	にんじん グリンピース チンゲンサイ しめじ たまねぎ	お 茶 ヨーグルト	お 茶 ★ふんわりかぼちゃ
9 水	【運動会リハーサル】 ホットドッグ チーズ 一口ゼリー ロールパン	ロールパン 一口ゼリー	ウィンナー チーズ		牛 乳 あられ	お 茶 ★カレービーフン
10 木	うの花いり 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう	鶏胸肉 ちくわ うの花 油揚げ 削り節 生わかめ	にんじん 干し椎茸 栗ねぎ たまねぎ だいこん	牛 乳 パイ菓子	りんご 塩せんべい
11 金	まさご揚げ 五目スープ コップパン	コップパン かたくり粉 油	豆腐 鶏ひき肉 しらす干し 卵 ロースハム	にんじん 青ピーマン キャベツ たけのこ コーン チンゲンサイ	お 茶 チーズ	牛 乳 ★カナッペ
12 土	運 動 会(おみやげいろいろ)					
15 火	煮魚 みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 一口ゼリー	さかな 生揚げ 削り節	しょうが はくさい たまねぎ にんじん えのきたけ 栗ねぎ	お 茶 塩せんべい	牛 乳 ★おからドーナツ
16 水	ゆかりごはん かぶとつくねの煮物 白あえ ごはん	米 かたくり粉 さとう すりごま	鶏ひき肉 削り節 豆腐 ロースハム	ゆかり粉 かぶ にんじん しめじ グリンピース ほうれんそう	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 ★ふかしいも
17 木	ツナと大豆のトマト煮 フレンチサラダ レズンロール	レズンロール じゃがいも 油 さとう サラダ油	大豆 ツナ ロースハム	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり コーン	お 茶 ビスケット	発酵乳 おかき
18 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 煮干し	にんじん ごぼう れんこん 干し椎茸 グリンピース たまねぎ はくさい 栗ねぎ	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 クッキー
19 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 おかき	
21 月	マーボー豆腐 ばんさんすう 麦ごはん	米 はるさめ 麦 油 さとう かたくり粉 ごま油	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 栗ねぎ もやし みかん きゅうり	牛 乳 クッキー	お 茶 ★みそ蒸しパン
23 水	れんこんのごま炒め 白みそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう 白ごま すりごま ごま油	鶏もも肉 削り節 油揚げ 生わかめ 豆腐 味付け煮干し	れんこん にんじん しめじ さやえんどう だいこん 栗ねぎ	牛 乳 あられ	牛 乳(100) 柿 クッキー
24 木	うの花いり 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう	鶏胸肉 ちくわ うの花 油揚げ 削り節 生わかめ	にんじん 干し椎茸 栗ねぎ たまねぎ だいこん	牛 乳 おこし	お 茶 ★関東煮
25 金	まさご揚げ 五目スープ コップパン	コップパン かたくり粉 油	豆腐 鶏ひき肉 しらす干し 卵 ロースハム	にんじん 青ピーマン キャベツ たけのこ コーン チンゲンサイ	お 茶 チーズ	豆 乳 塩せんべい
26 土	【なかよし保育】 おたのしみランチ				牛 乳 ウエハース	
28 月	鮭と野菜のみそ煮 ゴマあえ 味付け煮干し ごはん	米 さとう かたくり粉 すりごま	鮭 削り節 ちくわ 味付け煮干し	だいこん にんじん しめじ 栗ねぎ ほうれんそう キャベツ	お 茶 フルーツゼリー	牛 乳 クッキー
29 火	和風スパゲティ コンソメスープ ロールパン	ロールパン スパゲティ バター	鶏もも肉 刻みのり ベーコン	にんにく たまねぎ しめじ えのきたけ 大葉 にんじん はくさい コーン パセリ	お 茶 おかき	牛 乳 ★りんごマフィン
30 水	【青空ランチ】 ラップおにぎり(芋ご飯) 魚の竜田揚げ ポイル野菜 チーズ	米 さつまいも 黒ごま かたくり粉 油 マヨネーズ	さかな チーズ	しょうが にんじん キャベツ ブロッコリー	お 茶 プリン	牛 乳 ★かぼちゃケーキ
31 木	【誕生会】 吹き寄せご飯 チキンカツ すまし汁 ごはん	米 系こんにゃく 小麦粉 パン粉 油 心	油揚げ 削り節 鶏ささ身 生わかめ	にんじん さやえんどう 干し椎茸 もやし たまねぎ みつば	お 茶 野菜せんべい	紅 茶 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♪

