

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	明照保育園	午 後
1	水	肉じゃが みそ汁 チーズ ごはん	こめ 油 さとう じゃがいも 糸こんにゃく	豚もも肉 とうふ 油揚げ チーズ	にんじん たまねぎ はくさい グリーンピース みつば えのきたけ	牛乳 ウエハース	★いちごヨーグルト ビスケット
2	木	煮魚(ごぼう) 白みそ汁 一口ゼリー ごはん	こめ さとう じゃがいも 一口ゼリー	さかな とうふ わかめ	しょうが ごぼう たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	ヨーグルト	牛乳 あられ
4	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			プリン	
6	月	豆腐ハンバーグ 中華スープ チーズ ごはん	こめ 油 さとう パン粉	しほり豆腐 ひじき 鶏ひき肉 ベーコン チーズ	たまねぎ もやし はくさい えのきたけ にんじん コーン	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 のり巻きせんべい
7	火	【いもほり】 きのこカレー ハムサラダ 麦ごはん	こめ 麦 油 さとう 白ごま じゃがいも バター 小麦粉	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ グリーンピース キャベツ コーン パセリ	牛乳 クッキー	牛乳 ★マーブルケーキ
8	水	チキンピーズ ツナサラダ コッパン	コッパン さとう 油 じゃがいも マヨネーズ	大豆 鶏もも肉 ツナ チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース 赤ピーマン ほうれん草	牛乳 かりんとう	牛乳 おかき
9	木	【やきいも】 みそ煮おでん おひたし なめしごはん	こめ さとう さといも すりごま 板こんにゃく	生揚げ ちくわ 花かつお	だいこん にんじん ほうれん草 はくさい えのきたけ	フルーツゼリー	牛乳 ★やきいも
10	金	魚のカレー天ぷら マカロニのスープ煮 ごはん	こめ 油 小麦粉 マカロニ	白身魚 たまご ベーコン	もやし にんじん キャベツ たまねぎ セロリー パセリ	牛乳 ビスケット	牛乳 パイ菓子
11	土	【なかよし保育】	おたのしみランチ			お茶 のり巻きせんべい	
13	月	大根と肉の煮物 納豆和え ごはん	こめ 油 さとう かたくり粉	鶏もも肉 納豆 きざみ昆布 花かつお	だいこん にんじん もやし ほうれん草 グリーンピース しめじ	プリン	牛乳 チーズ菓子
14	火	白菜のスープ煮 肉のマーマレード炒め クロロール	クロロール マーマレード 油	ベーコン 豚もも肉	はくさい たまねぎ にんじん しめじ パセリ ピーマン にんにく	牛乳 ごませんべい	牛乳 ★鬼まんじゅう
15	水	【つきぐみ：お別れ遠足】 肉じゃが みそ汁 チーズ ごはん	こめ 油 さとう じゃがいも 糸こんにゃく	豚もも肉 とうふ 油揚げ チーズ	にんじん たまねぎ はくさい グリーンピース みつば えのきたけ	牛乳 クラッカー	牛乳 塩せんべい
16	木	豆腐の中華煮 もやし和え 味付け煮干し ごはん	こめ ごま油 さとう かたくり粉	とうふ ちくわ 豚もも肉 味付け煮干し	にんにく しょうが はくさい にんじん たまねぎ もやし きゅうり	牛乳 野菜せんべい	お茶 りんご クッキー
17	金	煮魚(ごぼう) 白みそ汁 一口ゼリー ごはん	こめ さとう じゃがいも 一口ゼリー	さかな とうふ わかめ	しょうが ごぼう たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 あられ	牛乳 ウエハース
18	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			ヨーグルト	
20	月	きのこカレー ハムサラダ 麦ごはん	こめ 麦 油 さとう 白ごま 小麦粉 じゃがいも バター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ パセリ グリーンピース キャベツ コーン	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 おかき
21	火	チキンピーズ ツナサラダ 食パン	食パン さとう 油 じゃがいも マヨネーズ	大豆 鶏もも肉 ツナ チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース 赤ピーマン ほうれん草	お茶 チーズ	牛乳 ★マカロニ二安倍川
22	水	みそ煮おでん おひたし なめしごはん	こめ さとう さといも すりごま 板こんにゃく	生揚げ ちくわ 花かつお	だいこん にんじん ほうれん草 はくさい えのきたけ	牛乳 塩せんべい	牛乳 柿 ごませんべい
24	金	【希望保育】	*お弁当をおねがいします			牛乳 パイ菓子	牛乳 かりんとう
25	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			牛乳 クッキー	
27	月	大根と肉の煮物 納豆和え ごはん	こめ 油 さとう かたくり粉	鶏もも肉 納豆 きざみ昆布 花かつお	だいこん にんじん しめじ もやし ほうれん草 グリーンピース	牛乳 おこし	牛乳 ビスケット
28	火	魚の甘酢あんかけ 玉米湯 クロロール	クロロール 油 さとう 小麦粉 かたくり粉	白身魚 牛乳	赤ピーマン たまねぎ たけのこ しめじ さやいんげん 根深ねぎ クリームコーン 葉ねぎ	牛乳 ウエハース	牛乳 ★キャラメルポテト
29	水	豆腐の中華煮 もやし和え 味付け煮干し ごはん	こめ ごま油 さとう かたくり粉	とうふ ちくわ 豚もも肉 味付け煮干し	にんにく しょうが はくさい にんじん たまねぎ もやし きゅうり	牛乳 あられ	牛乳 クラッカー
30	木	【誕生会】 ツナと野菜の洋風混ぜご飯 ヒレカツ コンソメスープ	こめ 油 小麦粉 パン粉	ツナ わかめ 豚ヒレ肉	たまねぎ 赤ピーマン コーン パセリ もやし にんじん キャベツ	お茶 のり巻きせんべい	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♪

