

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 ＊お弁当をおねがいします			フルーツゼリー	
3	月	ちらしずし 鶏のから揚げ すまし汁	こめ さとう 油 かたくり粉 ふ	油揚げ 卵 刻みのり 鶏もも肉	かんぴょう にんじん えのきたけ 干し椎茸 さやえんどう しょうが もやし なばな	牛乳 ウエハース	★サワードリンク ひなあられ
4	火	カレーライス チーズサラダ 麦ごはん	こめ むぎ 油 じゃがいも バター 小麦粉 マヨネーズ	豚もも肉 スキムミルク ロースハム チーズ	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 アスパラガス きゅうり	ミルクプリン	お茶 ビスケット
5	水	魚のレモン風味 キャベツのスープ煮 ミルクロール	ミルクロール 油 さとう かたくり粉	白身魚 ベーコン	レモン ブロッコリー にんじん キャベツ しめじ グリンピース	牛乳 ごませんべい	牛乳 ★ビザ風むしパン
6	木	肉豆腐 にんじんしりしり ごはん	こめ さとう ごま油 糸こんにゃく 白ごま	豚もも肉 焼き豆腐 卵 ツナ	はくさい えのきたけ 根深ねぎ にんじん	お茶 チーズ	牛乳 バウムクーヘン
7	金	五目きんぴら 白みそ汁 ごはん	こめ ごま油 さとう 糸こんにゃく じゃがいも 白ごま	鶏もも肉 揚げはん とうふ わかめ	ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 パイ菓子	牛乳 のり巻きせんべい
8	土	【なかよし保育】 こぎつねうどん フルーツゼリー	干しうどん フルーツゼリー	かまぼこ 油揚げ	にんじん 根深ねぎ ほうれん草 干し椎茸	お茶 クラッカー	
10	月	【青空ランチ】 ラップおにぎり 魚の竜田揚げ ボイル野菜・チーズ	こめ 油 じゃがいも かたくり粉	さかな チーズ	にんじん ブロッコリー しょうが	牛乳 クッキー	牛乳 ★ハムサンド
11	火	ソーセージパン りんごジュース 一口ゼリー	ロールパン 一口ゼリー りんごジュース	ソーセージ		牛乳 おかき	お茶 ★ツナマヨごはん
12	水	肉じゃが 合わせみそ汁 ごはん	こめ 油 さとう じゃがいも 糸こんにゃく	豚もも肉 油揚げ とうふ わかめ		フルーツゼリー	牛乳 かりんとう
13	木	生揚げの野菜炒め煮 みそ汁 ごはん	こめ 油 さとう かたくり粉	生揚げ 豚もも肉 わかめ		牛乳 塩せんべい	牛乳 チーズ菓子
14	金	【誕生会】 ケチャップライス チキンカツ 野菜スープ	こめ 油 小麦粉 パン粉	ロースハム とりささみ	たまねぎ にんじん ピーマン もやし コーン キャベツ えのきたけ パセリ	牛乳 あられ	紅茶 ケーキ
15	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			ミルクプリン	
17	月	白菜のあんかけご飯 ささみのごま酢和え チーズ	こめ ごま油 かたくり粉 さとう 練りごま	豚ひき肉 とりささみ チーズ	はくさい にんじん たまねぎ しめじ こまつな もやし	ヨーグルト	牛乳 ★マドレーヌ
18	火	コーンチャウダー ツナサラダ 食パン	食パン じゃがいも バター 小麦粉 マヨネーズ	ベーコン ツナ スキムミルク	コーン クリームコーン こまつな たまねぎ にんじん キャベツ グリンピース 赤ピーマン	牛乳 のり巻きせんべい	野菜果汁 クッキー
19	水	五目きんぴら 白みそ汁 ごはん	こめ ごま油 さとう 糸こんにゃく じゃがいも 白ごま	鶏もも肉 揚げはん とうふ わかめ	ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 ポン菓子	お茶 ★きなこおはぎ
21	金	煮魚 合わせみそ汁 一口ゼリー ごはん	こめ さとう 一口ゼリー	さかな わかめ 油揚げ	しょうが にんじん こまつな だいこん 葉ねぎ	牛乳 野菜せんべい	牛乳 塩せんべい
22	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 ウエハース	
24	月	魚フライ 五目スープ ミルクロール	ミルクロール 油 小麦粉 パン粉	さかな ロースハム	もやし にんじん だけのこ コーン チンゲンサイ	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 ★キャラメルポテト
25	火	生揚げの野菜炒め煮 みそ汁 ごはん	こめ 油 さとう かたくり粉	生揚げ 豚もも肉 わかめ	チンゲンサイ もやし にんじん しめじ たまねぎ だいこん えのきたけ 葉ねぎ	プリン	発酵乳 クラッカー
26	水	きのこカレー チーズサラダ 麦ごはん	こめ むぎ 油 じゃがいも バター マヨネーズ 小麦粉	鶏もも肉 チーズ ロースハム スキムミルク	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ きゅうり グリンピース キャベツ アスパラガス	牛乳 かりんとう	★つきぐみリクエスト
27	木	そつえんしき (紅白もち) ＊はな・ほし・ゆき・そら・あか組は前日にもらいます					
28	金	【修了式】 肉じゃが 白みそ汁 ごはん	こめ 油 さとう じゃがいも 糸こんにゃく	豚もも肉 油揚げ とうふ わかめ	にんじん たまねぎ えのきたけ グリンピース 葉ねぎ	牛乳 クッキー	牛乳 パイ菓子
29	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			フルーツゼリー	

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♪

