

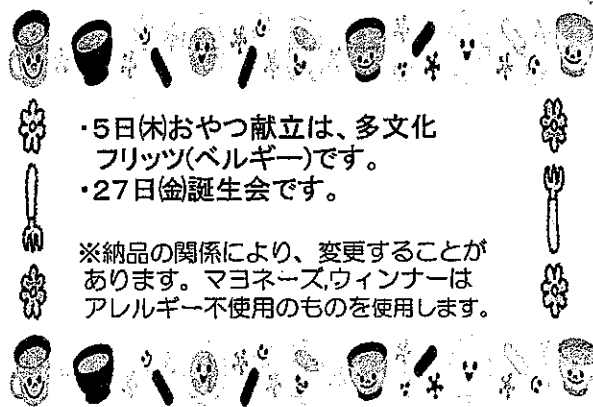
【今年度、初めて出る食材】



今月は新しい食材は、特にありません

●使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください

●申し出がない場合は、献立通りの提供になります



・5日休おやつ献立は、多文化
フリッツ(ベルギー)です。
・27日誕生会です。

※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズ、ウィンナーはアレルギー不使用のものを使用します。

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	日						
2	月	ロールパン ミートグラタン 粉吹き羊カレー風味 コンソメスープ 柿	野菜ピラフ 牛乳	バターロール マカロニ、油、小麦粉 じゃが芋、米	豚ひき肉 ピザ用チーズ 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、パセリ 小松菜、もやし、柿 ピーマン	塩、ケチャップ カレー粉、コンソメ
3	火	文化の日					
4	水	豚汁うどん 鮭の照り焼き わかめときゅうりの和え物 りんご	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	うどん、油、里芋 ごま油、さとう 米	豚小間肉 木綿豆腐、白味噌 鮭、ちりめん 牛乳	人参、大根、ごぼう こんにゃく、ねぎ、わかめ きゅうり、もやし、りんご 小松菜	出汁、しょう油、酢 塩、みりん、料理酒
5	木	ごはん 豚レバーの竜田揚げ れんこんサラダ 清汁(ちくわ・ねぎ) りんご	スイートポテト 牛乳	米、片栗粉、油 砂糖 エッグケアマヨネーズ さつまいも、黒ごま	豚レバー ツナ缶、ちくわ 豆乳 牛乳	れんこん、にんじん、きゅうり ねぎ、りんご	料理酒、みりん 酢、出汁 しょう油
6	金	ごはん 鶏肉の塩麹炒め 小松菜のおひたし 味噌汁(白菜・油揚げ) みかん	焼そば 牛乳	米、ごま油 片栗粉、焼そば麺	鶏小間肉 花鰓、油揚げ 白味噌 豚ひき肉 牛乳	にんじん、キャベツ、玉ねぎ 小松菜、もやし、白菜 みかん、青のり	塩麹、料理酒 しょう油、にんにく しょうが、しょう油 出汁、中濃ソース
7	土	ごはん 豚の生姜焼き 春雨サラダ 味噌汁(キャベツ・コーン) りんご	イチゴジャム蒸しパン 牛乳	米、砂糖、油 小麦粉 イチゴジャム	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ピーマン しょうが、きゅうり、キャベツ コーン、りんご	しょう油、料理酒 酢、出汁 ベーキングパウダー
8	日						
9	月	ごはん 生揚げのそぼろ煮 ひじきサラダ 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) みかん	ちんすこう 牛乳	米、油、砂糖 じゃが芋 小麦粉	厚揚げ、鶏ひき肉 白味噌 牛乳	にんじん、たまねぎ ひじき、コーン、きゅうり みかん	しょう油、出汁 酢、ココア ベーキングパウダー
10	火	ごはん たちのパン粉焼き じゃが芋のきんぴら 味噌汁(なめこ・豆腐) 柿	きのこパスタ 牛乳	米、パン粉、油 エッグケアマヨネーズ じゃが芋、砂糖 スパゲティ	たら、木綿豆腐 白味噌 牛乳	こんにゃく、にんじん、ピーマン なめこ、柿 マッシュルーム、しめじ	塩、しょう油 みりん、料理酒 出汁、コンソメ
11	水	ごはん みそ豚 ブロッコリーのマヨネーズ和え 清汁(大根・えのき) りんご	マカロニかりんとう 牛乳	米、油、 エッグケアマヨネーズ マカロニ、黒砂糖	豚ロース、白味噌 牛乳	しょうが、キャベツ、玉ねぎ ブロッコリー、にんじん 大根、えのき、りんご	料理酒、しょう油 出汁、塩、
12	木	ジャムパン かぼちゃグラタン サーワークラフト コーンスープ 柿	フリッツ(ベルギー) 牛乳	食パン、かぼちゃ 油、小麦粉、砂糖 エッグケアマヨネーズ イチゴジャム じゃがいも	豚ひき肉、豆乳 ピザ用チーズ 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、パセリ キャベツ、にんじん、きゅうり クリームコーン、柿 チンゲン菜、ねぎ、しょうが	ケチャップ、塩 酢、コンソメ 鶏がらスープ ケチャップ
13	金	ドライカレー しょう油フレンチ コンソメスープ りんご	きなこトースト 牛乳	米、小麦粉、油 食パン、バター 砂糖	豚ひき肉 きなこ 牛乳	たまねぎ、にんじん、白菜 赤ピーマン、黄ピーマン トマト缶、キャベツ、きゅうり にんじん、もやし、小松菜 りんご	ウスターソース カレー粉、塩 コンソメ、酢、しょう油

日	曜	屋敷献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
14	土	ごはん 鶏肉の照り焼き きゅうりのおかか和え 味噌汁(麩・わかめ) りんご	大学芋 牛乳	米、砂糖、小麦粉 油、麩、さつま芋 黒ごま	鶏もも肉 花巻、白味噌 牛乳	きゅうり、にんじん、もやし わかめ、りんご	しょう油、みりん 出汁
15	日						
16	月	豚すきやき丼 切干大根サラダ 味噌汁(里芋・しめじ) りんご	芋羊羹 牛乳	米、油、ごま、ごま油 里芋、さつま芋 砂糖	豚ロース、焼き豆腐 白味噌 牛乳	たまねぎ、しらたき 切干し大根、にんじん きゅうり、しめじ、りんご 寒天	しょう油、みりん 出汁、酢
17	火	あんかけうどん 鯖の塩焼 きゅうりとひじきの酢の物 みかん	五平餅 牛乳	うどん、片栗粉 砂糖、ごま 米、油	豚小間肉、油揚げ 鯖、ツナ缶 白味噌 牛乳	にんじん、たまねぎ、 白菜、小松菜、きゅうり ひじき、みかん しょうが	出汁、しょう油、塩 酢、みりん 塩麩
18	水	ごはん 松風焼 白菜のごま和え わかめスープ りんご	ピザトースト 牛乳	米、砂糖、油 ごま、食パン	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌 ピザ用チーズ 牛乳	にんじん、ねぎ、青のり 白菜、わかめ、りんご たまねぎ、ピーマン、コーン	塩、しょう油 鶏がら、ケチャップ
19	木	ロールパン 鶏じゃがグラタン ツナサラダ コンソメスープ 柿	鯖チャーハン 牛乳	バターロール エッグケアマヨネーズ じゃが芋、パン粉 油、米、ごま	鶏小間肉 パルメザンチーズ ツナ缶、鯖フレーク ちりめん 牛乳	玉ねぎ、パセリ キャベツ、きゅうり、コーン にんじん、柿 ねぎ	酢、塩、しょう油 コンソメ、
20	金	チキンカレー わかめサラダ りんご	ひじきとあおさの せんべい 牛乳	米、じゃが芋 油、バター、小麦粉 ごま油、砂糖、ごま 米粉	鶏小間肉 牛乳	にんじん、たまねぎ わかめ、もやし、きゅうり りんご、ひじき、あおさ	カレー粉、コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース 酢、しょう油、みりん
21	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(切干し・えのき) りんご	ゼリー、おかし 牛乳	米、じゃが芋 砂糖、油 エッグケアマヨネーズ	豚小間肉 白味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん、白滝 きゅうり、切干大根、えのき りんご、ぶどうジュース 寒天	しょう油、出汁
22	日						
23	月	勤労感謝の日					
24	火	ごはん 鯖のちゃんちゃん焼き 小松菜の納豆和え 清汁(豆腐・わかめ) みかん	ラーメン 牛乳	米、油、砂糖 焼そば麺	鯖、白味噌 ひき割り納豆、しらす 木綿豆腐 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、小松菜 にんじん、 わかめ、ねぎ、コーン みかん	みりん、しょう油 出汁、塩、酢 鶏がらスープ
25	水	ジャムパン 豆腐のミートローフ ほうれん草ときのこのソテー 豆乳スープ 柿	中華おこわ 牛乳	食パン、パン粉 油、じゃがいも 米、もち米、ごま いちごジャム	木綿豆腐、豚ひき肉 豆乳 鶏小間肉 牛乳	たまねぎ、ほうれん草 にんじん、しめじ、コーン 柿、干しいたけ	塩、こしょう、ケチャップ コンソメ、しょう油 料理酒
26	木	ごはん れんこんのつくね焼き ツナピーマン炒め 中華スープ りんご	かぼちゃクッキー 牛乳	米、砂糖、パン粉 油、春雨 かぼちゃ、小麦粉	鶏ひき肉、白味噌 ツナ 牛乳	れんこん、ねぎ、ピーマン もやし、コーン、白菜 にんじん、りんご	塩、コンソメ カレー粉、しょう油 鶏がらスープ
27	金	ゆかりごはん ささみのコーンフレーク揚げ きゅうりとちくわのサラダ 味噌汁(ほうれん草・もやし) みかん	きなこケーキ 牛乳	米、油、小麦粉 コーンフレーク、ごま エッグケアマヨネーズ 砂糖、黒砂糖	ささみ、ちくわ 白味噌 豆乳、きなこ 牛乳、ホイップクリーム	きゅうり、にんじん、もやし ほうれん草、みかん	塩、しょう油、酢 出汁、 ベーキングパウダー
28	土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツのおかか和え 味噌汁(切干し・小松菜) りんご	フライドポテト 牛乳	米、砂糖 じゃがいも、油	鶏もも肉 花巻、白味噌 牛乳	玉ねぎ、ピーマン キャベツ、にんじん 切干大根、小松菜、りんご パセリ	料理酒、しょう油 出汁、塩
29	日						
30	月	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き ほうれん草の海苔和え 清汁(えのき・わかめ) りんご	じゃこねぎビーファン 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ 油、ビーファン ごま、ごま油	白味噌 ちりめん 花巻 牛乳	ほうれん草、もやし にんじん、刻みのり わかめ、えのき、りんご ねぎ、小松菜	しょう油、出汁 塩、鶏がらだし

