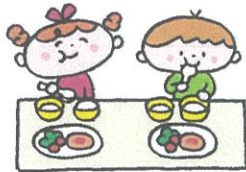
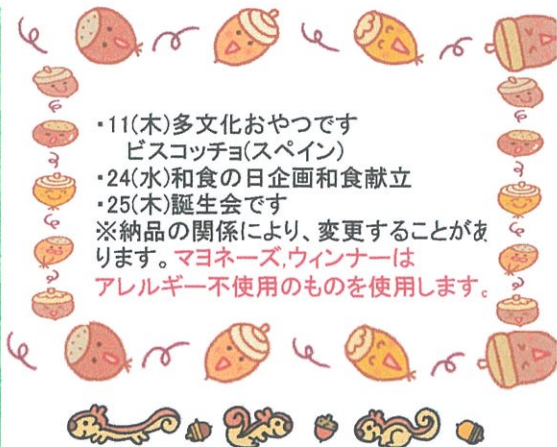


【今年度、初めて出る食材】

・25(木) 鱈(あじ)



- 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おります。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭でお試ください
- 申し出がない場合は、献立通りの提供になります



- ・11(木)多文化おやつです
ビスコッチョ(スペイン)
- ・24(水)和食の日企画和食献立
- ・25(木)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	月	豚汁うどん 鶏肉の塩麹焼 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 片栗粉	豚小間肉、鶏小間肉 木綿豆腐、白味噌 ちりめん、花鰹 牛乳	にんじん、大根、ごぼう こんにやく、ねぎ にんにく、しょうが わかめ、きゅうり、もやし りんご、小松菜	出汁、塩麹 酢、しょう油、塩 料理酒
2	火	ごはん 豚レバーの竜田揚げ 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、片栗粉、油 焼そば麺	豚レバー肉 花鰹、油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	小松菜、もやし、にんじん 白菜、みかん、玉ねぎ キャベツ、青のり にんにく、しょうが	しょう油、出汁 中濃ソース
3	水	文化の日					
4	木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんサラダ 清汁(わかめ・ねぎ) みかん	さつまいものクッキー 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ さつまいも、ごま 小麦粉、バター	鮭、白味噌 ちくわ 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、レンコン にんじん、きゅうり、わかめ、 みかん、ねぎ	塩、みりん、しょう油 酢、出汁、塩 ベーキングパウダー
5	金	ロールパン ミートグラタン 粉吹き芋カレー味 コンソメスープ(ほうれん草・もやし) 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、ほうれん草 もやし、にんじん、ピーマン 柿	塩、ケチャップ カレー粉、コンソメ
6	土	ごはん 豚のしょうが焼き きゅうりのおかか和え 味噌汁(キャベツ・コーン) りんご	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、さとう、油 いちごジャム 小麦粉	豚小間肉 花鰹、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しょうが きゅうり、キャベツ、ピーマン コーン、りんご	しょう油、上白糖 料理酒、出汁 ベーキングパウダー
7	日						
8	月	ごはん みそ豚 ブロッコリーのマヨネーズ添え 清汁(大根・えのき) 柿	揚げパン 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ バターロール さとう	豚ロース肉、白味噌 きなこ 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、柿	料理酒、しょう油 出汁、塩
9	火	ジャムパン シェパードパイ サワークラフト コンソメスープ みかん	ちんすこう 牛乳	食パン、じゃが芋 バター、油、さとう 米 いちごジャム	豚ひき肉、豆乳 パルメザンチーズ 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、みかん チンゲン菜、ねぎ、しょうが	ケチャップ 酢、塩、コンソメ 鶏がらだし ベーキングパウダー ココア
10	水	ごはん たらのパン粉焼き じゃが芋のきんぴら 味噌汁(ねぎ・豆腐) りんご	きのこ和風パスタ 牛乳	米、パン粉、油 エッグケアマヨネーズ じゃが芋、さとう スパゲティ、バター	たら 木綿豆腐、白味噌 牛乳	にんじん、ピーマン ねぎ、りんご、玉ねぎ しめじ、刻みのり	塩、しょう油、みりん 料理酒、出汁
11	木	ドライカレー ツナサラダ コンソメスープ りんご	ビスコッチョ 牛乳	米、小麦粉、油 さとう、 食パン、バター	豚ひき肉 ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、トマト缶 きゅうり、キャベツ、もやし 小松菜、りんご	カレー粉、塩 酢、しょう油、コンソメ みりん、ウスターソース
12	金	ごはん 生揚げのそぼろ煮 ひじきサラダ 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ) 柿	お麩のりせんべい 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、さつまいも 麩	厚揚げ、鶏ひき肉 白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ひじき コーン、きゅうり、柿 青のり	しょう油、出汁 塩
13	土	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き 春雨サラダ 中華スープ(白菜・玉ねぎ) りんご	ゼリー、せんべい 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ 春雨、さとう ごま油、せんべい	鶏もも肉、白味噌 牛乳	きゅうり、にんじん、白菜 玉ねぎ、りんご オレンジジュース	酢、しょう油 塩、鶏がらだし 粉寒天
14	日						

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	
15	月	あんかけうどん 鯖の味噌煮 きゅうりとひじきの酢の物 柿 	さつまいもごはん 牛乳	うどん、片栗粉 さとう、米 さつまいも、黒ごま	豚小間肉、油揚げ 鯖、白味噌 ツナ缶 牛乳	にんじん、玉ねぎ、白菜 小松菜、きゅうり、ひじき 柿、しょうが	出汁、しょう油 料理酒 酢、塩
16	火	ロールパン 鶏じゃがグラタン しょう油フレンチ コンソメスープ(チンゲン菜・コーン) みかん	鮭チャーハン 牛乳	バターロール じゃが芋、油、パン粉 米、ごま、ごま油 マカロニ	鶏小間肉、豆乳 パルメザンチーズ 鮭フレーク、ちりめん 牛乳	玉ねぎ、パセリ キャベツ、きゅうり、にんじん コーン、みかん、チンゲン菜 ねぎ	酢、しょう油 コンソメ、塩
17	水	豚すきやき丼 切干大根サラダ 味噌汁(里芋・しめじ) りんご	ラーメン 牛乳	米、油、さとう ごま、ごま油 里芋、中華麺	豚ロース肉、焼き豆腐 白味噌 牛乳	玉ねぎ、しらたき、切干大根 にんじん、きゅうり、しめじ りんご、わかめ、ねぎ、コーン	しょう油、みりん 出汁、酢、塩 鶏がらだし
18	木	ごはん 鶏肉の中華炒め きゅうりとちくわのサラダ 清汁(豆腐・ほうれん草) みかん	メロンパン 牛乳	米、さとう、ごま油 エッグケアマヨネーズ バター、小麦粉、片栗粉 バターロールパン	鯖、鶏小間肉 ちくわ、木綿豆腐 牛乳	しょうが、きゅうり、 ほうれん草、みかん キャベツ、赤ピーマン 玉ねぎ	料理酒、しょう油 出汁、塩 中華だし
19	金	ごはん 豆腐ハンバーグ ツナとピーマンのカレー炒め 味噌汁(大根・人参) りんご	和風スイートポテト 牛乳	米、片栗粉 油、さつまいも さとう、黒ごま	豚ひき肉、木綿豆腐 ツナ缶、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、もやし、ピーマン コーン、大根、にんじん りんご	しょう油、塩 コンソメ、カレー粉 出汁
20	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	スコーン 牛乳	米、じゃが芋 さとう、油、小麦粉 エッグケアマヨネーズ いちごジャム バター	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、切干大根 えのき、りんご	出汁、しょう油 ベーキングパウダー
21	日						
22	月	チキンカレー わかめサラダ りんご	ごまトースト 牛乳	米、じゃが芋、油 小麦粉、ごま油 さとう、ごま 食パン、バター	鶏小間肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ わかめ、もやし、きゅうり りんご	酢、しょう油 塩、カレー粉、コンソメ ソース、ケチャップ
23	火	勤労感謝の日					
24	水	ごはん 鶏肉の胡麻照り焼き 五目煮豆 清汁(豆腐・ねぎ) みかん	まんじゅう 牛乳	米、さとう、小麦粉 油、ごま 強力粉	鶏もも肉 大豆水煮、絹豆腐 あずき 牛乳	にんじん、ごぼう、いんげん 大根、ねぎ、みかん	しょう油、みりん だし汁 ベーキングパウダー ドライイースト
25	木	ごはん あじフライ きゅうりとキャベツの酢のもの さつま汁 りんご	アイスクリーム ビスケット 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、さとう、さつまいも いちごジャム ビスケット	あじ、ちくわ 絹豆腐、白味噌 鶏小間肉 牛乳、生クリーム	きゅうり、ごぼう、にんじん ねぎ、きゃべつ、わかめ みかん缶、りんご	中濃ソース、酢、 出汁、塩 パニラエッセンス
26	金	ジャムパン 豚のトマト煮 ほうれん草ときのこのソテー 豆乳スープ みかん	こぎつねごはん 牛乳	食パン、片栗粉 じゃが芋、米、さとう ごま、油 いちごジャム	豚小間肉 豆乳 油揚げ、しらす 牛乳	トマト缶、玉ねぎ、ピーマン マッシュルーム缶、ほうれん草 にんじん、しめじ、コーン みかん、パセリ	料理酒、塩 ケチャップ、みりん コンソメ、こしょう しょう油、出汁
27	土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツのおかか和え 味噌汁(麩・小松菜) りんご	きなこボーロ 牛乳	米、さとう、麩 小麦粉、油、ごま	鶏小間肉 花鰹、白味噌 きなこ、豆乳 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、にんじん キャベツ、小松菜、りんご	料理酒、しょう油 出汁 ベーキングパウダー
28	日						
22	月	ごはん れんこんつくね焼き  小松菜の納豆和え 清汁(わかめ・玉ねぎ・コーン) みかん	さつまいもとりんごの春巻 牛乳	米、さとう、パン粉 油、春巻きの皮 さつまいも、りんごジャム 小麦粉、ごま油	鶏ひき肉、白味噌 挽き割り納豆 牛乳、しらす	れんこん、ねぎ、小松菜 にんじん、わかめ、コーン みかん、玉ねぎ	塩、しょう油 酢、出汁
23	火	ごはん 鶏肉のピザ焼き かぼちゃのごま和え 味噌汁(厚揚げ・なめこ) りんご	炒めビーフン	米、小麦粉、かぼちゃ さとう、ごま、ごま油 ビーフン、油	鶏もも肉、ピザ用チーズ 厚揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	玉ねぎ、ピーマン なめこ、りんご、にんじん	ケチャップ 出汁、中華だし しょう油、塩

