



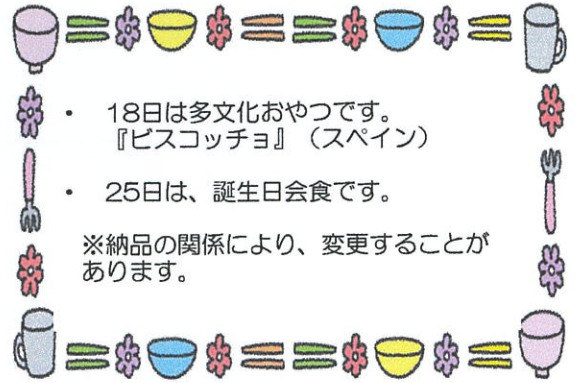
## 【今年度、初めて出る食材】

・梨（15日）



●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



・ 18日は多文化おやつです。  
『ビスコッチョ』（スペイン）

・ 25日は、誕生日会食です。

※納品の関係により、変更することがあります。

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	中華丼 ブロッコリーサラダ わかめスープ すいか	ゆでとうもろこし 牛乳	米、さとう、片栗粉 油、ごま	豚小間肉 牛乳	玉ねぎ、にんじん 白菜、絹さや、ブロッコリー もやし、ねぎ、わかめ すいか、とうもろこし	料理酒、しょう油 酢、中華だし、出汁
2 火	ごはん 生揚げのカレー炒め マカロニサラダ 味噌汁(麩・なす) りんご	ごま入りクッキー 牛乳	米、油、マカロニ マヨネーズ 麩、小麦粉、さとう ごま	厚揚げ、豚小間肉 白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ ピーマン、きゅうり、なす りんご	塩、カレー粉、しょう油 出汁
3 水	ジャムパン じゃがいものトマト煮 もやしサラダ コンソメスープ りんご	青菜としらすのまぜごはん 牛乳	食パン、いちごジャム じゃが芋、油、さとう 米、ごま油、ごま	鶏小間肉 ちりめん 牛乳	玉ねぎ、にんじん トマト缶、もやし、きゅうり コーン、キャベツ、りんご 小松菜	しょう油、酢、コンソメ
4 木	ごはん 豚レバーの香り揚げ かぼちゃの含め煮 味噌汁(人参・小松菜) りんご	ラーメン 牛乳	米、ごま油、片栗粉 油、さとう、かぼちゃ 焼そば類	豚レバー 白味噌 牛乳	ピーマン、人参、小松菜 りんご、わかめ、ねぎ、コーン しょうが	料理酒、しょう油 出汁 塩、鶏がらだし
5 金	ごはん カレイの煮付け きんぴらごぼう 清汁(玉ねぎ・えのき) すいか	ドライカレートースト 牛乳	米、油、さとう ごま、食パン 小麦粉	かたい 豚ひき肉 牛乳	にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、玉ねぎ、えのき すいか、パセリ	しょう油、塩 みりん、料理酒 出汁、ケチャップ 中濃ソース、カレー粉
6 土	ごはん 豆腐の肉あんかけ じゃが芋の磯和え 味噌汁(切干し・わかめ) りんご	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、油 さとう、片栗粉 じゃが芋、いちごジャム ホットケーキミックス	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ、青のり 切干大根、わかめ、りんご	しょう油、中華だし 塩、出汁
7 日						
8 月	わかめうどん 鶏肉の照り焼き きゅうりとちくわのサラダ すいか	ツナピラフ 牛乳	うどん、さとう マヨネーズ ごま、米	油揚 鶏もも肉、ちくわ ツナ缶 牛乳	わかめ、にんじん、ねぎ きゅうり、すいか 玉ねぎ、パセリ	出汁、みりん、しょう油 塩、料理酒、コンソメ
9 火	ごはん 鶏団子のさっぱり煮 切干大根のおかか和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) りんご	黒糖ボーロ 牛乳	米、片栗粉 さとう、かぼちゃ 小麦粉、黒砂糖、ごま	鶏ひき肉 木綿豆腐、花鰹 白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、しょうが、切干大根 小松菜、にんじん、りんご	料理酒、酢、しょう油 塩、出汁 ベーキングパウダー
10 水	ごはん たらのマヨコーン焼き ひじき炒り煮 味噌汁(キャベツ・厚揚げ) りんご	チーズ芋餅 牛乳	米、小麦粉、油 マヨネーズ さとう、じゃが芋 片栗粉	たら、大豆水煮 ちくわ、厚揚げ 白味噌、豆乳 ピザ用チーズ 牛乳	クリームコーン、パセリ ひじき、にんじん、キャベツ りんご、青のり	塩、出汁、しょう油
11 木						
12 金	ごはん ホイコーロー シルバーサラダ 中華スープ(人参・チンゲン菜) りんご	納豆そうめん 牛乳	米、油、砂糖 片栗粉、春雨 マヨネーズ そうめん	豚小間肉 白味噌 挽き割り納豆 牛乳	ねぎ、しょうが、にんじん きゅうり、コーン チンゲン菜、りんご	料理酒、しょう油 塩、出汁、中華だし みりん
13 土	ごはん 豚大根 わかめの酢の物 味噌汁(麩・えのき) りんご	スコーン 牛乳	米、さとう、麩 ホットケーキミックス 油、いちごジャム	豚小間肉 ちりめん、白味噌 豆乳 牛乳	大根、にんじん、こんにゃく しょうが、きゅうり、わかめ えのき、りんご	出汁、しょう油、みりん 酢、塩
14 日						
15 月	ツナカレー 大豆サラダ すいか	お麩の黄な粉ラスク 牛乳	米、じゃが芋 油、バター、小麦粉 マヨネーズ 麩、さとう	ツナ缶 大豆水煮 きなこ 牛乳	にんじん、玉ねぎ、きゅうり コーン、すいか	カレー粉、コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース

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	
16	火	ごはん 鶏肉のチーズ焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(大根・油揚げ) すいか	ジャージャーうどん 牛乳	米、さとう、ごま油 うどん	鶏もも肉、ピザ用チーズ 挽き割り納豆 油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	パセリ、小松菜、にんじん 大根、すいか、ねぎ しょうが、きゅうり	塩、しょう油、酢 しょう油
17	水	スタミナ丼 かぼちゃサラダ 豆腐スープ すいか	餃子の皮のプチピザ 牛乳	米、さとう、かぼちゃ マヨネーズ ぎょうざの皮	豚ひき肉 木綿豆腐 ツナ缶、ピザ用チーズ 牛乳	玉ねぎ、パプリカ、にら にんにく、きゅうり、にんじん パセリ、わかめ、すいか コーン	料理酒、しょう油 コンソメ、塩 出汁、中華だし
18	木	ごはん あじのカレー風味揚げ トマトときゅうりのピクルス風 味噌汁(キャベツ・コーン) 梨	ビスコッチョ 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、食パン バター、ざらめ糖	あじ 白味噌 牛乳	トマト、きゅうり、キャベツ コーン、梨、ひじき、にんじん	しょう油、カレー粉 酢、塩、出汁 料理酒
19	金	ジャムパン 豚肉のケチャップ炒め じゃこサラダ 豆乳コーンスープ 梨	ひじきおにぎり 牛乳	食パン、いちごジャム さとう、米、ごま	豚小間肉 ちりめん、豆乳 油揚げ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、 マッシュルーム缶、キャベツ 小松菜、きゅうり、玉ねぎ クリームコーン、パセリ、梨 ひじき、にんじん	ケチャップ、しょう油 塩、酢、コンソメ 料理酒、みりん 出汁
20	土	ごはん 豆腐チャンプルー ほうれん草おかか和え 味噌汁(しめじ・玉ねぎ) 梨	ホットケーキ 牛乳	米、ごま油 ホットケーキミックス	木綿豆腐 豚小間肉 花鰹、白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、もやし、にら ほうれん草、コーン しめじ、玉ねぎ、梨	料理酒、しょう油 塩、出汁 メープルシロップ
21	日						
22	月	ごはん 焼肉 高野豆腐の煮物 味噌汁(小松菜・切干し) 梨	スパゲティミートソース 牛乳	米、さとう、ごま油 片栗粉、 スパゲティ	豚小間肉 高野豆腐 白味噌 豚ひき肉 牛乳	もやし、ピーマン、赤ピーマン 玉ねぎ、しょうが、にんにく にんじん、グリーンピース 小松菜、切干大根、梨 パセリ	しょう油、みりん 出汁、ケチャップ コンソメ、塩
23	火	冷やし坦々麺 たららのチーズ焼き わかめサラダ メロン	鶏おこわ 牛乳	焼そば麺、ごま油 さとう、ごま 油、米、もち米	豚ひき肉 白味噌、豆乳 ピザ用チーズ 豚ひき肉 牛乳	ねぎ、チンゲン菜、コーン もやし、きゅうり、わかめ メロン、ごぼう、にんじん	しょう油、中華だし 塩、酢、料理酒
24	水	ごはん 鶏肉の味噌マヨ炒め 春雨サラダ 中華スープ(もやし・ねぎ) 梨	ココア蒸しパン 牛乳	米、春雨、さとう マヨネーズ ごま油 ホットケーキミックス	豚小間肉、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ブロッコリー きゅうり、コーン、もやし ねぎ、梨	みりん、酢、しょう油 中華だし、塩、ココア ベーキングパウダー
25	木	ツナロールサンド ひまわりハンバーグ じゃが芋としめじのソテー コンソメスープ(もやし・小松菜) メロン	マーメイドケーキ 牛乳	バターロール マヨネーズ パン粉、油、じゃが芋 ホットケーキミックス マーメイドジャム、砂糖	ツナ缶 豚ひき肉、鶏ひき肉 豆乳 豆乳生クリーム 牛乳	キャベツ、きゅうり 玉ねぎ、にんじん、コーン しめじ、もやし、小松菜 メロン オレンジジュース	塩、ケチャップ コンソメ
26	金	ごはん 豆腐の田楽 マゼドアンサラダ 清汁(玉ねぎ・わかめ) 梨	揚げパン 牛乳	米、パン粉、さとう 片栗粉、じゃが芋 マヨネーズ バターロール、油	鶏ひき肉、木綿豆腐 白味噌 きなこ 牛乳	しょうが、きゅうり、にんじん わかめ、玉ねぎ、梨	しょう油、みりん 出汁、塩
27	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(油揚げ・えのき) 梨	鮭わかめおにぎり 牛乳	米、じゃが芋、さとう 油、 マヨネーズ	豚小間肉 油揚げ、白味噌 鮭フレーク、ちりめん 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、えのき、梨 わかめ	しょう油、出汁
28	日						
29	月	ごはん 豚肉のねぎ塩炒め キャベツのツナ和え 味噌汁(厚揚げ・なめこ) 梨	焼そば 牛乳	米、ごま油、さとう ごま、焼そば麺	豚小間肉 ツナ缶 厚揚げ、白味噌 牛乳	もやし、ねぎ、にら、しょうが キャベツ、いんげん、にんじん なめこ、梨、玉ねぎ、青のり	しょう油、塩、しょうが 出汁、中濃ソース
30	火	夏野菜カレー 変わりサラダ メロン	ひまわり羹 牛乳	米、かぼちゃ 油、バター、小麦粉 ごま マヨネーズ さとう	豚小間肉 しらす 牛乳	にんじん、玉ねぎ、なす 小松菜、わかめ、コーン 刻みのり、メロン オレンジジュース ぶどうジュース、寒天	カレー粉、コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース、しょう油
31	水	ごはん 鶏肉の甘酢マヨ焼き 切干し大根炒め煮 白菜スープ 梨	黒糖ケーキ 牛乳	米、さとう、油 マヨネーズ 片栗粉、黒砂糖 ホットケーキミックス	鶏むね肉 厚揚げ 豆乳 牛乳	切干大根、にんじん 白菜、玉ねぎ、梨	塩、しょう油、みりん 酢、出汁、コンソメ 塩

