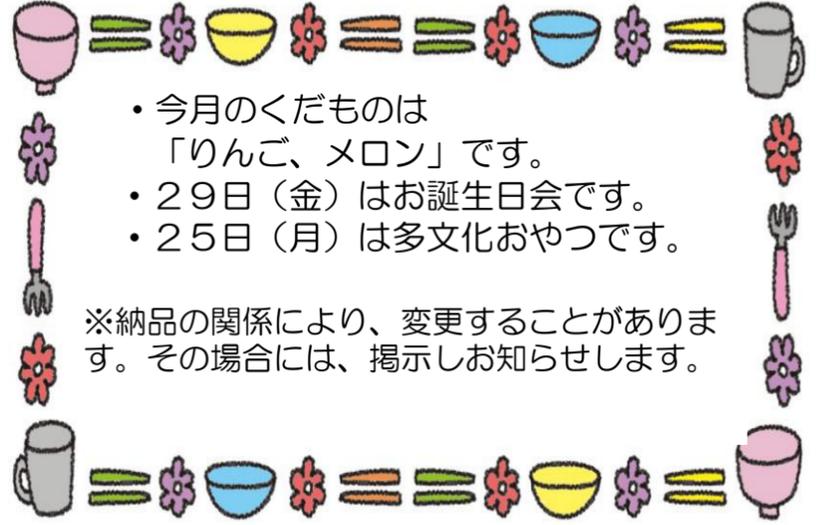




【食材について】

●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。園ではじ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。



- ・今月のくだものは「りんご、メロン」です。
- ・29日（金）はお誕生日会です。
- ・25日（月）は多文化おやつです。

※納品の関係により、変更することがあります。その場合には、掲示しお知らせします。

乳児の朝のおやつは毎日牛乳です



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	金	ごはん ミートローフ 春野菜のサラダ 清汁(ちくわ・ねぎ) りんご	ココアケーキ 牛乳	米、さとう 油 エッグケアマヨネーズ 小麦粉 片栗粉	木綿豆腐 豚ひき肉 豆乳、ちくわ 生クリーム 牛乳	アスパラガス 玉ねぎ 新キャベツ、にんじん、きゅうり コーン、白ねぎ りんご	塩、しょう油 ケチャップ 出汁 ベーキングパウダー ココア
2	土	ごはん 生揚げの中華風煮 春雨サラダ 味噌汁(わかめ・たまねぎ) りんご	豆腐ドーナツ 牛乳	米、油 さとう、春雨 片栗粉 ホットケーキミックス	厚揚げ、豚小間肉 白味噌 牛乳 木綿豆腐	にんじん、玉ねぎ、ピーマン きゅうり、コーン わかめ りんご	しょう油、中華だし 酢、だし汁 塩
3	日	憲法記念日					
4	月	みどりの日					
5	火	こどもの日					
6	水	振替休日					
7	木	ツナカレー フレンチサラダ りんご	わかめごはん 牛乳	米、じゃが芋 油、バター ごま 小麦粉	ツナ缶 豆乳 牛乳 ちりめん	にんじん、玉ねぎ、きゅうり キャベツ、りんご、わかめ	カレー粉、コンソメ ケチャップ 中濃ソース 塩、酢、しょうゆ 料理酒、みりん
8	金	ごはん ポークビーンズ もやしのナムル 味噌汁(切干大根・小松菜) りんご	揚げパン 牛乳	米 油、さとう ロールパン	豚小間肉 大豆水煮 きな粉 牛乳 白味噌	玉ねぎ、にんじん もやし、きゅうり 小松菜、りんご 切干大根	ケチャップ 酢、しょう油 中華だし 塩、コンソメ
9	土	ごはん じゃが芋のトマト煮 マカロニサラダ 味噌汁(キャベツ・コーン) りんご	昆布とツナのおにぎり 牛乳	米、じゃが芋 さとう、油 エッグケアマヨネーズ マカロニ	豚ひき肉 ツナ缶 牛乳 白味噌	たまねぎ、トマト缶、にんじん きゅうり キャベツ、コーン、りんご 昆布佃煮	しょう油、酢 出汁、塩
10	日						
11	月	五目うどん 松風焼き じゃこサラダ りんご	チーズおかかおにぎり 牛乳	うどん、さとう 油、ごま 米、片栗粉	鶏小間肉、ちくわ 木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌、ちりめん ダイスチーズ 牛乳、花鰹	にんじん、ほうれん草 ねぎ、キャベツ、きゅうり もやし、りんご	出汁 しょう油、みりん 塩、酢
12	火	ごはん かじきの甘酢あんかけ ほうれん草の磯部和え 味噌汁(大根・油揚げ) りんご	炒めビーフン 牛乳	米、油 さとう、片栗粉 ビーフン	かじき 木綿豆腐、油揚げ 白味噌 豚小間肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ピーマン ほうれん草、もやし 大根、りんご	出汁、しょう油 酢、塩 海苔佃煮 中華だし
13	水	いちごジャムサンド 鶏肉のコーンフレーク焼き ツナサラダ コンソメスープ(人参・もやし) りんご	しらすのまぜごはん 牛乳	食パン、いちごジャム 油 米、ごま エッグケアマヨネーズ コーンフレーク	鶏もも肉 ツナ缶 しらす 牛乳	キャベツ、コーン にんじん、きゅうり もやし、りんご 小松菜	塩 酢 しょう油
14	木	ごはん 豚肉のしょうが焼き 切干大根の煮物 味噌汁(かぶ・えのき) りんご	ナポリタン 牛乳	米、さとう 油 スパゲティ	豚小間肉 油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳 鮭フレーク	玉ねぎ、ピーマン しょうが、切干大根 にんじん、かぶ、えのき りんご	しょう油、料理酒 みりん、出汁 ケチャップ コンソメ
15	金	ごはん 豚レバーのカレー揚げ キャベツのおかか和え 清汁(ちくわ・わかめ) りんご	米粉ときな粉のパンケーキ 牛乳	米、片栗粉、油 さとう 米粉、黒蜜	豚レバー 花鰹、ちくわ きな粉 牛乳 豆乳	キャベツ、にんじん もやし、わかめ、りんご	しょう油、カレー粉 出汁、塩 ベーキングパウダー



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	土	ごはん じゃが芋のカレー煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) りんご	大学芋 牛乳	米、じゃが芋 油、さとう さつま芋 黒ごま	豚小間肉 花鰹 白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ ほうれん草、もやし わかめ、玉ねぎ、りんご	コンソメ、ケチャップ ウスターソース カレー粉、しょう油 出汁
17	日						
18	月	ごはん 鶏肉のトマト煮 きゅうりのツナ和え 味噌汁(切干大根・人参) りんご	ふりかけおにぎり 牛乳	米、さとう、ごま 油	鶏小間肉 ツナ缶 白味噌 花鰹、ちりめん 牛乳	人参、玉ねぎ、ブロッコリー トマト缶、きゅうり、わかめ コーン、切干大根 りんご、青のり	料理酒、ケチャップ しょう油、コンソメ 塩、酢 出汁
19	火	チキンカレーライス 切干大根のナムル りんご	あんかけビーフン 牛乳	米、じゃが芋 バター、小麦粉 油、ごま ビーフン 片栗粉	鶏小間肉 豚小間肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ きゅうり、切干大根 りんご、にら、キャベツ	カレー粉、コンソメ ケチャップ 中濃ソース、塩 酢、しょう油
20	水	ビビンバ丼 コールスロー 清汁(えのき・わかめ) りんご	米粉黒糖蒸しパン 牛乳	米、さとう 油、ごま 米粉、黒砂糖	豚ひき肉 豆乳 牛乳 白味噌	ほうれん草、にんじん 大根、キャベツ、きゅうり わかめ、りんご、えのきたけ	しょう油、酢 塩、出汁 ベーキングパウダー
21	木	ごはん たらの味噌マヨネーズ焼き ひじき煮豆 清汁(ちくわ・ねぎ) りんご	のりチーズトースト 牛乳	米、さとう 油 食パン エッグケアマヨネーズ	たら、大豆水煮 油揚げ、白味噌 ピザ用チーズ 牛乳、ちくわ	ひじき、にんじん、こんにやく ねぎ、りんご 刻みのり	塩 しょう油、出汁
22	金	ロールパン 鶏じゃがグラタン サワークラフト 豆乳スープ りんご	炊き込みごはん 牛乳	ロールパン、油 じゃが芋 エッグケアマヨネーズ 米	鶏小間肉 パルメザンチーズ 豆乳 油揚げ 牛乳	玉ねぎ、パセリ きゅうり、キャベツ クリームコーン、にんじん りんご、しめじ	酢、塩、しょう油 コンソメ、みりん 料理酒
23	土	ごはん 高野豆腐と鶏肉の煮物 さつま芋のレモン煮 味噌汁(もやし・油揚げ) りんご	フルーツゼリー 牛乳	米、油、さとう さつま芋	高野豆腐、鶏小間肉 油揚げ、白味噌 牛乳	にんじん、大根、いんげん もやし、りんご みかん缶、パイン缶 寒天	出汁、しょう油、塩 レモン汁
24	日						
25	月	ごはん 鶏肉のつくね焼き きんぴらごぼう 味噌汁(大根・油揚げ) りんご	マンダジ 牛乳	米、片栗粉 油、さとう 小麦粉 強力粉	鶏ひき肉 油揚げ、白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ ごぼう、こんにやく、絹さや 大根、りんご	塩、みりん、しょう油 料理酒、出汁 ドライイースト
26	火	りんごジャムサンド タンドリーチキン 野菜スティック キャベツスープ りんご	鮭チャーハン 牛乳	食パン、りんごジャム エッグケアマヨネーズ 米、ごま	鶏もも肉 プレーンヨーグルト 白味噌、鮭フレーク ちりめん 牛乳	きゅうり、にんじん キャベツ、コーン、玉ねぎ りんご、ねぎ	塩、カレー粉 ケチャップ コンソメ しょう油
27	水	野菜うどん 鶏肉のねぎ味噌焼き 大豆サラダ りんご	ケチャップライス 牛乳	うどん 油、さとう エッグケアマヨネーズ 米	豚小間肉 鶏もも肉、白味噌 大豆水煮 牛乳	キャベツ、にんじん、もやし ねぎ、きゅうり、コーン りんご、たまねぎ、ピーマン	出汁、しょう油、塩 ケチャップ、みりん コンソメ 料理酒
28	木	ごはん 鮭の塩焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) りんご	トマトとツナの Pasta 牛乳	米 スパゲティ さとう 油、かぼちゃ	鮭、白味噌 挽き割り納豆 しらす 牛乳 ツナ缶	小松菜、にんじん えのき、わかめ りんご たまねぎ トマト缶、パセリ	塩 しょう油、酢 出汁 コンソメ
29	金	三色そぼろ丼 ごま酢和え 清汁(ちくわ・ねぎ) メロン	人参ケーキ 牛乳	米、油 ごま ホットケーキミックス	鶏ひき肉 牛乳 ちくわ	にんじん キャベツ、きゅうり、わかめ ねぎ、メロン しょうが、ほうれん草	酢、しょう油 出汁、塩
30	土	ごはん 焼肉 じゃが芋の磯和え 味噌汁(切干大根・小松菜) りんご	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、油、さとう ごま油、片栗粉 じゃが芋 ホットケーキミックス いちごジャム	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	ピーマン、赤ピーマン 玉ねぎ、しょうが 青のり、切干大根 小松菜、りんご	しょう油、みりん 塩 出汁
31	日						

