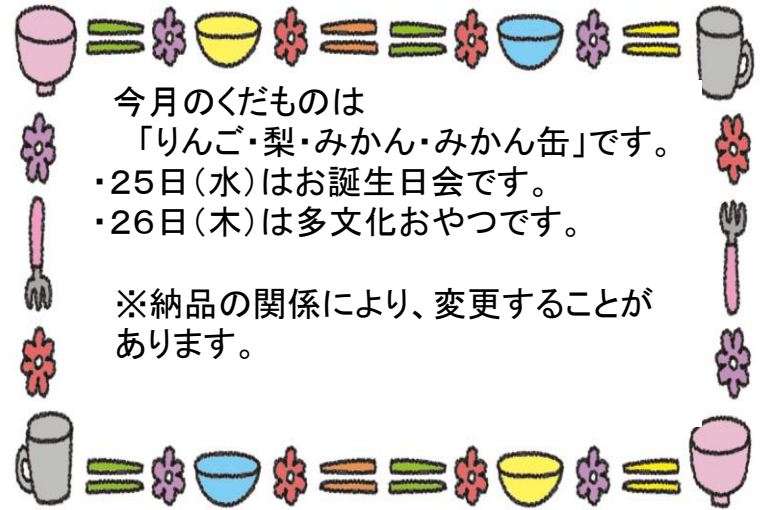


## 【今年度、初めて出る食材】

今月、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、



朝の乳児のおやつは  
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	日						
2	月	いちごジャムサンド 鶏じゃがグラタン 白菜サラダ コンソメスープ(玉ねぎ・人参) 梨	ゆかりひじきごはん 牛乳	食パン 油、じゃがいも、パン粉 エッグケアマヨネーズ 米、さとう、ごま いちごジャム	鶏もも肉 ツナフレーク パルメザンチーズ 牛乳	たまねぎ、パセリ缶 はくさい、きゅうり、にんじん 梨	塩、酢、コンソメ みりん、しょう油 ゆかり粉
3	火	ごはん 松風焼き じゃが芋きんぴら 味噌汁(もやし・わかめ) みかん	マーブルクッキー 牛乳	米、さとう、パン粉、油 ごま、じゃがいも 小麦粉	木綿豆腐、鶏ひき肉 白みそ 牛乳	ねぎ、にんじん、ピーマン もやし、わかめ、みかん	塩、しょう油、みりん 出汁、ココア
4	水	ポークカレーライス 大豆入りコールスロー 梨	焼き芋 牛乳	米、じゃがいも、油 エッグケアマヨネーズ さとう、さつまいも 小麦粉	豚こま肉 スキムミルク 大豆 牛乳	にんじん、たまねぎ キャベツ、きゅうり、梨	カレー粉 コンソメ、中濃ソース ケチャップ、塩、酢
5	木	ごはん たらのごま味噌焼き 切干大根の煮物 すまし汁(ほうれん草・しめじ) りんご	フライドポテト 牛乳	米、さとう、ごま じゃがいも、油	たら、白みそ 高野豆腐 牛乳	切干大根、にんじん ほうれんそう、しめじ、りんご パセリ缶	みりん、料理酒 しょう油、出汁、塩
6	金	ミートスパゲティ じゃこサラダ 豆乳スープ(じゃが芋・玉ねぎ) 梨	炊き込みご飯 牛乳	スパゲティ、さとう じゃがいも、米	豚ひき肉 ちりめん パルメザンチーズ 豆乳、油揚げ 牛乳	たまねぎ、にんじん キャベツ、こまつな、パセリ缶 梨、しめじ	トマトピューレー ケチャップ、中濃ソース コンソメ、塩、酢 しょう油、料理酒 みりん
7	土	ごはん 鶏肉の塩麹炒め ポテトサラダ 味噌汁(高野豆腐・ねぎ) みかん缶	ホットケーキ 牛乳	米、ごま油、片栗粉 じゃがいも エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス いちごジャム	鶏もも肉、高野豆腐 白みそ、豆乳 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんにく しょうが、きゅうり、にんじん ねぎ、みかん缶	塩麹、料理酒 しょう油、塩、出汁
8	日						
9	月	<b>スポーツの日</b>					
10	火	ごはん 豚肉の香味焼き 炒り豆腐 味噌汁(白菜・油揚げ) 梨	スイートポテト 牛乳	米、ごま、ごま油、油 さとう、片栗粉 さつまいも バター	豚こま肉、木綿豆腐 ツナフレーク 油揚げ、白みそ スキムミルク 牛乳	ねぎ、にんにく、しょうが にんじん、えのき、小松菜 はくさい、梨	みりん、しょう油、出汁 バニラエッセンス
11	水	ごはん 鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ 味噌汁(豆腐・えのき) りんご	おまんじゅう蒸しパン(米粉) 牛乳	米、片栗粉、油 マカロニ エッグケアマヨネーズ 米粉	鶏もも肉、木綿豆腐 白みそ、こしあん 牛乳	にんにく、しょうが、きゅうり にんじん、えのき、りんご	料理酒、しょう油 塩、出汁 ベーキングパウダー ココア
12	木	ロールパン スコップコロケ 大根サラダ コンソメスープ(キャベツ・ほうれん草) みかん	わかめごはん 牛乳	バターロール 油、パン粉、バター じゃがいも、さとう ごま油、ごま、米	豚ひき肉 ピザ用チーズ 牛乳	たまねぎ、パセリ缶 だいこん、きゅうり、にんじん キャベツ、ほうれんそう、みかん	コンソメ、酢 しょう油、塩 わかめごはんの素
13	金	ごはん あじのさんが焼き(千葉県) 五目きんぴら 春雨スープ(ねぎ) りんご	ごんじゅう(千葉県) 牛乳	米、パン粉、さとう 片栗粉、ごま、油 春雨	あじ、鶏ひき肉、白みそ 厚揚げ、豚バラ肉 油揚げ、花鰹 牛乳	ねぎ、にんじん、ひじき、しょうが ごぼう、しらたき、ピーマン りんご	料理酒、しょう油 みりん 中華だし、塩
14	土	ごはん カレー肉じゃが 野菜スティックサラダ 味噌汁(大根・わかめ) みかん缶	お麩のシュガーラスク 牛乳	米、じゃがいも、油 さとう、ごま エッグケアマヨネーズ 麩、グラニュー糖	豚こま肉、白みそ 牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり だいこん、わかめ、みかん缶	料理酒、しょう油 みりん カレー粉、出汁
15	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	
16	月	チキンカレーライス もやしナムル りんご	シリアル フルーツヨーグルトがけ 牛乳	米、じゃがいも、小麦粉 油、ごま油、さとう コーンフレーク	鶏もも肉 スキムミルク ヨーグルト 牛乳	にんじん、たまねぎ、もやし きゅうり、りんご 白桃缶、みかん缶	コンソメ、中濃ソース ケチャップ、塩 酢、しょう油 カレー粉
17	火	豚肉きのご井 ひじきの胡麻和え 味噌汁(厚揚げ・なす) みかん	ココアプリン 牛乳	米、さとう、ごま クラッカー	豚ひき肉、厚揚げ 白みそ 牛乳	キャベツ、えのき、しめじ だいこん、にんじん、ほうれんそう ひじき、なす、みかん	出汁、しょう油、みりん ココア、アガー
18	水	いちごジャムサンド サワラのパン粉焼き 切干大根のマヨ和え コンソメスープ(玉ねぎ・人参) りんご	チキンライス 牛乳	食パン エッグケアマヨネーズ パン粉、油、ごま、米 いちごジャム	さわら、鶏ささみ 鶏もも肉 牛乳	パセリ缶、切干大根 きゅうり、にんじん たまねぎ、りんご	しょう油、コンソメ 塩、ケチャップ
19	木	ごはん 炒り鶏 三色和え 味噌汁(白菜・えのき) みかん	みそ豆乳ラーメン 牛乳	米、油、さとう 焼きそば麺	鶏もも肉、白みそ 豚バラ肉、豆乳 牛乳	だいこん、ごぼう にんじん、ねぎ、もやし きゅうり、はくさい、えのき みかん、キャベツ、コーン	料理酒、しょう油 みりん、出汁 塩、中華だし
20	金	ごはん 厚揚げの味噌炒め さつま芋のオレンジ煮 すまし汁(ほうれん草・麩) りんご	焼きおにぎり(くり) 牛乳	米、さとう さつま芋、ごま 麩	厚揚げ、豚こま肉 白みそ、牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン オレンジジュース ほうれんそう、りんご	しょう油、塩、みりん
21	土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツのおかか和え 味噌汁(切干大根・人参) みかん缶	黒糖くずもち 牛乳	米、さとう、片栗粉 黒蜜	鶏もも肉、花鰹 白みそ、きな粉 牛乳	たまねぎ、ピーマン、キャベツ にんじん、切干大根 みかん缶	料理酒、しょう油 出汁
22	日						
23	月	しっぽううどん(香川県) 鶏肉の生姜焼き 粉吹芋 みかん	ゆうやけごはん 牛乳	うどん、じゃがいも 米	油揚げ、木綿豆腐 鶏もも肉、ちりめん 牛乳	だいこん、にんじん、しょうが ねぎ、ほうれんそう パセリ缶、みかん	出汁、みりん、しょう油 塩
24	火	ごはん たらの野菜あん 五目煮豆 味噌汁(高野豆腐・ねぎ) りんご	ハッシュドポテト 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、じゃがいも	たら、大豆 鶏もも肉、高野豆腐 白みそ 牛乳	もやし、にんじん、ごぼう だいこん、ねぎ、りんご	塩、出汁、みりん しょう油、ケチャップ
25	水	大根ごはん チキンカツ 付)ケチャップスパソテー さつま芋のサラダ 味噌汁(玉ねぎ・なめこ) / みかん	りんごケーキ 牛乳	米、ごま油、小麦粉 パン粉、油、スパゲティ さつま芋、さとう、バター エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス	油揚げ、鶏もも肉 白みそ、豆乳 牛乳	だいこん、だいこんの葉 昆布、ブロッコリー、きゅうり にんじん、たまねぎ、なめこ みかん、りんご	しょう油、料理酒 塩、ケチャップ 中濃ソース コンソメ、出汁 ベーキングパウダー
26	木	ごはん 豆腐のミートグラタン 小松菜のツナナムル すまし汁(しめじ・わかめ) りんご	バインセオ(ベトナム) 牛乳	米、油、米粉 ごま油、さとう	木綿豆腐、豚ひき肉 ピザ用チーズ ツナフレーク 豆乳 牛乳	たまねぎ、こまつな、もやし しめじ、わかめ、りんご にんじん、にんにく	塩、ケチャップ しょう油、中華だし 出汁、カレー粉、酢
27	金	ロールパン 鶏肉のオーロラソース和え ミックスベジタブルソテー コンソメスープ(キャベツ・小松菜) りんご	手作りふりかけおにぎり 牛乳	バターロール さとう、片栗粉 油、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 米、ごま油、ごま	鶏もも肉 ちりめん、花鰹 牛乳	たまねぎ、レモン、にんにく しょうが、にんじん、ブロッコリー キャベツ、こまつな りんご、青のり	料理酒、ケチャップ コンソメ、しょう油 塩
28	土	ごはん 豚肉と白菜のごま炒め さつま芋の甘煮 味噌汁(麩・ねぎ) みかん缶	きなこトースト 牛乳	米、ごま、油 ごま油、さつまいも さとう、麩 食パン バター	豚こま肉、白みそ きなこ 牛乳	はくさい、ねぎ、みかん缶 にんじん	料理酒、しょう油 みりん、出汁
29	日						
30	月	ごはん 揚レバーのカレーケチャップ和え もやしとブロッコリーの胡麻和え 味噌汁(厚揚げ・えのき) りんご	チーズおかかおにぎり 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま	豚レバー 厚揚げ、白みそ サラダチーズ 花鰹 牛乳	にんにく、しょうが、もやし ブロッコリー、えのき、りんご	しょう油、料理酒 ケチャップ 中濃ソース カレー粉、出汁
31	火	おばけのハヤシライス スパゲティサラダ コンソメスープ(大根) みかん	ハロウィンクッキー 牛乳	米、小麦粉、油 スパゲティ、さとう エッグケアマヨネーズ バター	豚こま肉 牛乳	たまねぎ、にんじん、しめじ きゅうり、キャベツ だいこん、だいこんの葉 みかん、かぼちゃ	ハヤシルウ ケチャップ コンソメ、塩 バニラエッセンス ココア

