

【今年度、初めて出る食材】

- 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

- ・ 日は、子どもの日の行事食です。
- ・ 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。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。

朝のおやつは
牛乳、おかしがでます

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	金	ごはん 豆腐の松風焼き マセドアンサラダ 清汁(大根・小松菜) りんご	オレンジゼリー クラッカー 牛乳	米、さとう、パン粉、油 ごま、じゃが芋 エッグケアマヨネーズ	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌 牛乳	ねぎ、にんじん、 きゅうり、大根、小松菜 りんご、オレンジジュース	塩、しょう油 出汁、寒天
2	土	ごはん 焼肉 さつまいもの甘煮 味噌汁(切干・小松菜) 清見オレンジ	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、油、さとう、ごま油 片栗粉、さつまいも ホットケーキミックス いちごジャム	豚ロース、白味噌 豆乳 牛乳	ピーマン、赤ピーマン たまねぎ、切干大根 小松菜、清見オレンジ	しょう油、みりん しょうが、にんにく 出汁
3	日						
4	月	ごはん 鮭の味噌焼き ひじきサラダ 清汁(わかめ・えのき) 清見オレンジ	ミートスパゲティ 牛乳	米、さとう 油、スパゲティ	鮭、白味噌 豚ひき肉 牛乳	ひじき、にんじん、きゅうり コーン、わかめ、えのき 清見オレンジ、たまねぎ パセリ	料理酒、みりん 酢、しょう油、出汁 塩、ケチャップ コンソメ
5	火	肉うどん 大豆サラダ 清見オレンジ	かやくごはん 牛乳	うどん、 エッグケアマヨネーズ 米、	豚小間肉、大豆水煮 ツナ缶、油揚げ 牛乳	にんじん、ほうれん草、しめじ ねぎ、きゅうり、キャベツ 清見オレンジ、こんにゃく	出汁、しょうゆ、みりん 塩、料理酒
6	水	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き きんぴらごぼう 味噌汁(なめこ・豆腐) りんご	にゅうめん 牛乳	米、マーメレードジャム 油、さとう、ごま そうめん	鶏もも肉 絹ごし豆腐、白味噌 鶏ひき肉 牛乳	にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、なめこ、りんご ねぎ	しょう油、料理酒 みりん、出汁 塩
7	木	ポークカレー フレンチサラダ でこぼん	黄な粉蒸しパン 牛乳	米、じゃが芋 カレールウ、油 さとう、小麦粉	豚小間肉 きなこ、豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ、キャベツ きゅうり、みかん缶 でこぼん	酢、塩 ベーキングパウダー
8	金	ごはん チンジャオロース ブロッコリーのおかか和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) 清見オレンジ	ごまトースト 牛乳	米、油、ごま油 片栗粉、食パン ごま、さとう、バター	豚もも肉、花鰹 白味噌 牛乳	ピーマン、にんじん、たけのこ ブロッコリー、わかめ たまねぎ、清見オレンジ	しょう油、料理酒 塩、出汁
9	土	ごはん 肉じゃが 春雨サラダ 味噌汁(キャベツ・油揚げ) りんご	うどんかりんとう 牛乳	米、じゃが芋 さとう、油、春雨 ごま油、うどん	豚小間肉 油揚げ、白味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、コーン、キャベツ りんご	しょう油、出汁 酢
10	日						
11	月	ごはん たらのパン粉焼き 筑前煮 味噌汁(ほうれん草・麩) りんご	かぼちゃの茶巾 牛乳	米、パン粉、油 エッグケアマヨネーズ さとう、麩、かぼちゃ	たら ちくわ、白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、大根、こんにゃく しめじ、いんげん、ほうれん草 りんご	塩、しょう油 出汁
12	火	食パン 鶏肉のトマト煮 ナムル コンソメスープ(白菜・人参) りんご	まぜごはん 牛乳	食パン、小麦粉、油 さとう、ごま、ごま油 米	鶏小間肉 ツナ缶 牛乳	たまねぎ、マッシュルーム缶 トマト缶、ほうれん草、もやし きゅうり、白菜、にんじん しめじ	ケチャップ、コンソメ 塩、しょう油、にんにく 料理酒、みりん
13	水	豚肉きのこ丼 切干しのマヨ和え もやしスープ(もやし・にら) 清見オレンジ	ふりかけごはん 牛乳	米、さとう、ごま エッグケアマヨネーズ 米、ごま油、	豚ひき肉 ツナ缶 花鰹、ちりめん 牛乳	キャベツ、たまねぎ、えのき しめじ、切干大根、きゅうり もやし、にら、清見オレンジ 青のり	出汁、しょう油、みりん 中華だし

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	
14	木	ごはん 鶏肉の塩麹炒め 小松菜の海苔和え 味噌汁(白菜・玉ねぎ) でこぼん	マカロニきな粉 牛乳	米、ごま油、片栗粉 マカロニ、さとう	鶏小間肉 白味噌 きなこ 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、小松菜 もやし、にんじん、刻みのり 白菜、でこぼん	塩麹、料理酒、しょう油 にんにく、しょうが 出汁
15	金	わかめごはん ささみのフィンガーフライ ポテトサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) でこぼん	ホットケーキ クリーム添え 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、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 さとう、粉糖	鶏ささみ 木綿豆腐、白味噌 豆乳 豆乳生クリーム 牛乳	パセリ、きゅうり、にんじん なめこ、でこぼん	わかめごはんの素 塩、出汁
16	土	ごはん 豆腐チャンプルー かぼちゃの含め煮 味噌汁(麩・玉ねぎ) りんご	ツナおにぎり 牛乳	米、ごま油、かぼちゃ さとう、麩	木綿豆腐、豚小間肉 白味噌 ツナ缶 牛乳	にんじん、もやし、にら 玉ねぎ、りんご	料理酒、しょう油、塩 出汁
17	日						
18	月	チキンカレー コールスロー りんご	のりチーズトースト 牛乳	米、じゃが芋 カレールウ、油 さとう エッグケアマヨネーズ 食パン	鶏小間肉 ピザ用チーズ 牛乳	にんじん、玉ねぎ キャベツ、きゅうり、りんご	酢、塩
19	火	ごはん 豚肉の味噌炒め シルバーサラダ 中華スープ(豆腐・ねぎ) りんご	スコーン 牛乳	米、さとう、油 春雨 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	豚小間肉 白味噌、木綿豆腐 豆乳 牛乳	キャベツ、ピーマン、もやし にんじん、きゅうり、ねぎ りんご	みりん、料理酒 塩、中華だし
20	水	ごはん 鮭のタルタル焼き きゅうりのおかか和え 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	炒めビーフン 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ じゃが芋、ビーフン	鮭 花鰹、白味噌 豚ひき肉 牛乳	玉ねぎ、パセリ きゅうり、にんじん、もやし りんご、ピーマン	塩、しょう油 出汁、中華だし
21	木	けんちんうどん ごまじゃこサラダ 清見オレンジ	チャーハン 牛乳	うどん、油、ごま さとう、米	鶏小間肉 ちりめん 豚ひき肉 牛乳	ごぼう、にんじん、ねぎ キャベツ、小松菜、きゅうり 清見オレンジ	出汁、みりん、しょう油 塩、酢、中華だし
22	金	肉味噌丼 マカロニサラダ スープ(キャベツ・もやし) りんご	クッキー 牛乳	米、さとう、片栗粉 マカロニ エッグケアマヨネーズ 小麦粉、油	豚ひき肉 白味噌 牛乳	にんじん、しめじ、玉ねぎ ピーマン、きゅうり、コーン キャベツ、もやし、りんご	料理酒、しょう油、 塩、コンソメ
23	土	ごはん 厚揚げの中華風煮 ほうれん草のツナ和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) 清見オレンジ	ゼリー、おかし 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、ごま	厚揚げ、豚小間肉 ツナ缶、白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ピーマン ほうれん草、わかめ、 清見オレンジ ぶどうジュース	しょう油、中華だし 酢、出汁 寒天
24	日						
25	月	ごはん たらのマヨ焼き ツナピーマン炒め 味噌汁(小松菜・人参) 清見オレンジ	チヂミ 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ 小麦粉、上新粉 ごま油、さとう	たら ツナ缶 白味噌 しらす 牛乳	もやし、ピーマン、コーン 小松菜、にんじん 清見オレンジ にら	塩、コンソメ、しょう油 カレー粉、出汁
26	火	ごはん 炒り豆腐 野菜スティック 味噌汁(麩・えのき) 清見オレンジ	焼そば 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ 麩、焼そば麺	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌 豚バラ肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ほうれん草 きゅうり、えのき、清見オレンジ もやし	しょう油、塩 出汁、中濃ソース
27	水	食パン ミートグラタン わかめサラダ コーンスープ 清見オレンジ	中華おこわ 牛乳	食パン、マカロニ 油、小麦粉 ごま油、さとう、 米、もち米	豚ひき肉 ピザ用チーズ 豚小間肉 牛乳	玉ねぎ、もやし、きゅうり にんじん、わかめ クリームコーン、清見オレンジ しめじ	塩、コンソメ ケチャップ、しょう油 酢、料理酒
28	木	こいのぼりハヤシライス 春キャベツのみそマヨ和え でこぼん	かぶとの春巻き 牛乳	米、油、小麦粉、さとう エッグケアマヨネーズ ごま、春巻きの皮 さつま芋	豚バラ肉 油揚げ、白味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん マッシュルーム、グリーンピース トマト缶、春キャベツ、でこぼん りんご	にんにく、料理酒 ケチャップ、ウスター ソース、鶏がらだし 塩、
29	金	昭和の日					
30	土	ごはん 豚肉のケチャップ炒め 粉吹き芋 味噌汁(えのき・豆腐) 清見オレンジ	おかかおにぎり 牛乳	米、じゃが芋	豚小間肉、油 木綿豆腐、白味噌 花鰹 牛乳	玉ねぎ、パセリ缶 えのき、清見オレンジ	ケチャップ、塩 出汁、しょうゆ