

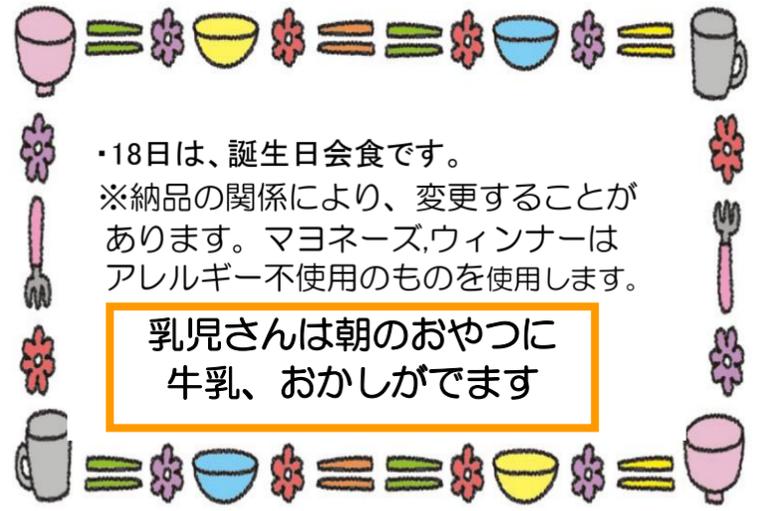


【今年度、初めて出る食材】

●ベーコン（17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、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。

乳児さんは朝のおやつに
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	火	ごはん アジの中華野菜ソースがけ 高野豆腐の煮物 清汁(麩・もやし) 柿	大学芋 牛乳	米、小麦粉、油 ごま油、さとう 麩、さつまい	あじ、高野豆腐 牛乳	赤ピーマン、ピーマン 大根、人参、グリーンピース もやし、柿	塩、酢、しょう油 出汁、みりん、
2	水	中華丼 ひじきサラダ 味噌汁(厚揚げ・ねぎ) オレンジ	黒糖ボーロ 牛乳	米、ごま油、片栗粉 小麦粉、黒砂糖 油	豚小間肉 厚揚げ、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、キャベツ、人参 ひじき、コーン、きゅうり、ねぎ オレンジ	しょう油、中華だし 酢、出汁 ベーキングパウダー
3	木	文化の日					
4	金	ごはん 手作り海苔佃煮 鶏肉の塩麴焼き チンゲン菜としめじのおかか和え 味噌汁(わかめ・油揚げ) みかん	お好み焼き 牛乳	米、さとう、油 小麦粉、	鶏もも肉、花鰹 油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	きざみのり、チンゲン菜 もやし、しめじ、わかめ みかん、キャベツ、にんじん 青のり	出汁、しょう油、料理酒 みりん、塩麴、 ベーキングパウダー ケチャップ、中濃ソース
5	土	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 切干大根のサラダ 味噌汁(キャベツ・コーン) オレンジ	わかめおにぎり 牛乳	米、さとう 片栗粉、ごま油	鶏ひき肉、厚揚げ 白味噌 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、人参 きゅうり、キャベツ、コーン オレンジ	料理酒、しょう油 酢、出汁、 わかめごはんの素
6	日						
7	月	ごはん みそ豚 かぼちゃの煮物 清汁(大根・えのき) りんご	ココアドーナツ 牛乳	米、油、かぼちゃ さとう、ごま油 片栗粉 ホットケーキミックス	豚ロース小間肉 白味噌 絹ごし豆腐 牛乳	しょうが、キャベツ、玉ねぎ 大根、大根葉、えのき、りんご	料理酒、しょう油 出汁、塩、ココア ベーキングパウダー
8	火	食パン ミートグラタン キャベツのフレンチサラダ コーンクリームスープ 柿	鮭チャーハン 牛乳	食パン マカロニ、小麦粉 油、片栗粉、米 ごま油	豚ひき肉 ピザ用チーズ 豆乳、鮭フレーク ちりめん 牛乳	玉ねぎ、キャベツ、きゅうり 人参、クリームコーン 柿、ねぎ	ケチャップ、酢、 コンソメ 塩
9	水	ごはん 豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう 味噌汁(里芋・ねぎ) オレンジ	きのこのパスタ 牛乳	米、片栗粉 里芋、スパゲティ 油	豚ひき肉、木綿豆腐 白味噌 牛乳	人参、こんにゃく、ごぼう 絹さや、ねぎ、オレンジ グリーンピース、玉ねぎ マッシュルーム缶、しめじ	しょう油、塩 みりん、料理酒 出汁、コンソメ
10	木	豚汁うどん 魚のマヨネーズ焼き きゅうりとわかめの酢の物 りんご	さつまいもごはん 牛乳	うどん、油 エッグケアマヨネーズ 砂糖、米、さつまい	豚小間肉 木綿豆腐、白味噌 赤魚、ちくわ 牛乳	人参、大根、ごぼう、ねぎ きゅうり、わかめ、りんご	出汁、塩 酢、しょう油 料理酒
11	金	ごはん 酢鶏 春雨サラダ 中華スープ みかん	きな粉蒸しパン 牛乳	米、片栗粉、さとう 春雨 エッグケアマヨネーズ 小麦粉 油	鶏むね肉 きな粉、豆乳 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマン 人参、きゅうり、コーン 白菜、ミカン	料理酒、ケチャップ 中華だし、酢、みりん 塩、鶏がらだし ベーキングパウダー
12	土	ごはん 豚肉の野菜巻き マカロニソテー 味噌汁(高野豆腐・小松菜) オレンジ	コーンフレークおこし 牛乳	米、さとう、マカロニ コーンフレーク はちみつ	豚バラ肉、 高野豆腐、白味噌 牛乳	人参、キャベツ、玉ねぎ ピーマン、小松菜	料理酒、みりん しょう油、ケチャップ 出汁
13	日						
14	月	ごはん ミートボール(ケチャップ味) ほうれんそうときのこのソテー 味噌汁(麩・わかめ) りんご	チャオガー 牛乳	米、片栗粉、さとう 麩	豚ひき肉 白味噌 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、パセリ ほうれん草、人参、しめじ コーン、わかめ、りんご チンゲン菜、ねぎ、しょうが	ケチャップ、料理酒 ウスターソース、しょう油 コンソメ、塩、出汁 鶏がらだし

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	
15	火	ごはん さばの味噌煮 ちやつ(三重) 清汁 柿	きつねうどん 牛乳	米、さとう、 うどん	鯖、白味噌 木綿豆腐 油揚 牛乳	しょうが、人参、れんこん 大根、干しいたけ、刻み昆布 小松菜、柿、ねぎ	料理酒、酢、しょう油 みりん、出汁 塩、
16	水	チキンカレー ツナサラダ オレンジ	ジャムトースト 牛乳	米、じゃが芋、油 小麦粉、いちごジャム 食パン、さとう	鶏小間肉 ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、人参、きゅうり キャベツ、オレンジ	カレー粉、コンソメ ケチャップ、中濃ソース 塩、酢、しょう油
17	木	ごはん キャベツとひき肉の重ね煮 かぼちゃのメープルサラダ 豆乳スープ りんご	こぎつねごはん 牛乳	米、さとう パン粉、片栗粉 かぼちゃ、さつま芋 エッグケアマヨネーズ	豚ひき肉、ベーコン クリームチーズ 豆乳、 しらす、油揚 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、人参 コーン、りんご、	塩、ケチャップ、コンソメ メープルシロップ 出汁、しょう油
18	金	鮭ごはん コーンの落とし揚げ ブロッコリーサラダ トマトレタック 豚汁 みかん	スイートポテト(うさぎ) お麩のココアラスク 牛乳	米、ごま、片栗粉 油、さとう、さつま芋 麩、粉糖	鮭フレーク 木綿豆腐、豚バラ肉 白味噌、豆乳 牛乳	コーン、玉ねぎ、ブロッコリー トマト、ごぼう、大根、人参 ねぎ、みかん、絹さや	塩、酢、出汁 ココア
19	土	ごはん 豚しょうが焼き 温野菜サラダ 味噌汁(切干・油揚) オレンジ	黒糖くずもち 牛乳	米、さとう、油 じゃが芋 エッグケアマヨネーズ 黒砂糖、さとう、片栗粉	豚小間肉 油揚、白味噌 きな粉 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、しょうが 人参、キャベツ、切干大根 オレンジ	しょう油、料理酒 塩、出汁
20	日						
21	月	あんかけうどん あじの塩焼き ほうれん草ともやしのナムル りんご	五平餅 牛乳	うどん、片栗粉 ごま油 米、油	豚小間肉、油揚 あじ 白味噌 牛乳	人参、玉ねぎ、白菜 小松菜、ほうれん草、もやし りんご	出汁、しょう油、塩 鶏がらだし
22	火	ごはん 豚レバーの竜田揚げ ツナピーマン炒め 味噌汁(さつま芋・玉ねぎ) オレンジ	ちんすこう 牛乳	米、片栗粉、油 さつま芋 小麦粉	豚レバー ツナ缶、白味噌 牛乳	しょうが、もやし、ピーマン コーン、玉ねぎ、オレンジ	しょう油、コンソメ カレー粉、出汁 ベーキングパウダー ココア
23	水	勤労感謝の日					
24	木	ごはん 鶏肉の照り焼き 五目煮豆 清汁 りんご	おまんじゅう蒸しパン 牛乳	米、さとう、小麦粉 油、米粉	鶏もも肉 大豆水煮 ちくわ 豆乳、あずき 牛乳	ひじき、にんじん、こんにやく ねぎ、りんご	しょう油、みりん 出汁、塩 ベーキングパウダー
25	金	食パン 鶏じゃがグラタン 大根サラダ コンソメスープ(白菜・にんじん) みかん	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	食パン、油 じゃが芋、パン粉 エッグケアマヨネーズ ごま油、米	鶏小間肉 パルメザンチーズ ちりめん、鰹節 牛乳	玉ねぎ、パセリ 大根、きゅうり、人参 白菜、みかん、小松菜	酢、しょう油 コンソメ、塩
26	土	ごはん 豚肉とキャベツのソース炒め 小松菜とちりめんのマヨ和え 味噌汁 オレンジ	クッキー 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ 小麦粉、さとう	豚小間肉 ちりめん 白味噌 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、しょうが、小松菜 コーン、切干大根、わかめ オレンジ	中濃ソース しょう油、出汁
27	日						
28	月	ごはん れんこんのつくね焼き 小松菜の納豆和え わかめとコーンのスープ りんご	きな粉揚げパン 牛乳	米、さとう、パン粉、油 コッペパン	鶏ひき肉、白味噌 挽き割り納豆、ちりめん きな粉 牛乳	れんこん、ねぎ、小松菜 人参、わかめ、コーン りんご	塩、しょう油、酢 出汁、コンソメ
29	火	ごはん 鶏肉のバーベキューソース焼き 白菜のごま和え 味噌汁(豆腐・なめこ) オレンジ	炒めビーフン 牛乳	米、油、さとう ビーフン	鶏もも肉 木綿豆腐、白味噌 豚ひき肉 牛乳	にんにく、しょうが、白菜 人参、なめこ、オレンジ 玉ねぎ	ケチャップ、中濃ソース しょう油、出汁 中華だし
30	水	ポークカレー わかめのサラダ オレンジ	ホットケーキ 牛乳	米、じゃが芋、油 バター、小麦粉 ごま油、さとう ホットケーキミックス	豚小間肉 豆乳 牛乳	人参、玉ねぎ、わかめ もやし、きゅうり、オレンジ	カレー粉、コンソメ ケチャップ、中濃ソース 塩、酢、しょう油 メープルシロップ

