

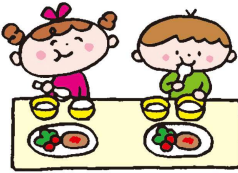


【今年度、初めて出る食材】

●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、先にご家庭でお試ください

●申し出がない場合は、献立通りの提供になります

・鱈（26日）



※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

**乳児の朝のおやつは
牛乳、おかしがです**

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	月	豚汁うどん 鶏肉の塩麴炒め わかめときゅうりの和え物 りんご	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	うどん、油、里芋 ごま油、さとう 米	豚小間肉、鶏小間肉 木綿豆腐、白味噌 ちりめん、花鰹 牛乳	にんじん、大根、ごぼう こんにゃく、ねぎ にんにく、しょうが わかめ、きゅうり、もやし りんご	出汁、塩麴 酢、しょう油、塩
2	火	ごはん 豚レバーの竜田揚げ 小松菜のおひたし 味噌汁(白菜・油揚げ) みかん	焼そば 牛乳	米、片栗粉、油 焼そば麺	豚レバー肉 花鰹、油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	小松菜、もやし、にんじん 白菜、みかん、玉ねぎ キャベツ、青のり	塩麴、料理酒 しょう油、出汁 中濃ソース
3	水	文化の日					
4	木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんサラダ 清汁(わかめ・ねぎ) みかん	りんごジャムの ショートブレッド 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ りんごジャム 小麦粉	鮭、白味噌 ちくわ 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、レンコン にんじん、きゅうり、わかめ、 みかん、	塩、みりん、しょう油 酢、出汁、塩 バニラエッセンス
5	金	ロールパン ミートグラタン 粉吹き芋カレー味 コンソメスープ(ほうれん草・もやし) 柿	野菜ピラフ 牛乳	バターロール マカロニ、ケチャップ じゃが芋 米	豚ひき肉 ピザ用チーズ 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、パセリ、ほうれん草 もやし、にんじん、ピーマン 柿	塩、ケチャップ
6	土	ごはん 豚のしょうが焼き きゅうりのおかか和え 味噌汁(キャベツ・もやし) りんご	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、さとう、油 いちごジャム ホットケーキミックス	豚小間肉 花鰹、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しょうが きゅうり、キャベツ、もやし りんご	しょう油、上白糖 料理酒、出汁
7	日						
8	月	ごはん みそ豚 ブロッコリーのマヨネーズ和え 清汁(大根・えのき) りんご	揚げパン 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ バターロール	豚小間肉、白味噌 きなこ 牛乳	しょうが、キャベツ、玉ねぎ ブロッコリー、にんじん 大根、えのき、りんご	料理酒、しょう油 出汁、塩
9	火	ごはん たらのパン粉焼き じゃが芋のきんぴら 味噌汁(ねぎ・豆腐) りんご	きのこのパスタ 牛乳	米、パン粉、油 エッグケアマヨネーズ じゃが芋、さとう スパゲティ	たら 木綿豆腐、白味噌 牛乳	にんじん、こんにゃく、ピーマン ねぎ、りんご、玉ねぎ マッシュルーム缶、しめじ	塩、しょう油、みりん 料理酒、出汁 コンソメ
10	水	ひき肉カレー ツナサラダ 柿	ちんすこう 牛乳	米、小麦粉、油 さとう、 カレールー	豚ひき肉 ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、トマト缶 きゅうり、キャベツ、もやし 小松菜、柿	塩、しょう油、コンソメ ベーキングパウダー ココア
11	木	ジャムパン シェパーズパイ サワークラフト コンソメスープ りんご	こぎつねごはん 牛乳	米、じゃが芋 油、さとう ごま いちごジャム 食パン	豚ひき肉、豆乳 鶏小間肉、しらす干し 油揚げ パルメザンチーズ 牛乳	玉ねぎ、パセリ キャベツ、にんじん、きゅうり クリームコーン、りんご チンゲン菜、ねぎ、しょうが	ケチャップ 酢、塩、コンソメ 鶏がらだし しょう油
12	金	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き 春雨サラダ 中華スープ(白菜・玉ねぎ) みかん	チャオガー 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ 春雨、さとう	鶏もも肉、白味噌 牛乳	きゅうり、にんじん、白菜 玉ねぎ、みかん チンゲン菜、ねぎ、しょうが	酢、しょう油 塩、鶏がらだし
13	土	ごはん 生揚げのそぼろ煮 ひじきサラダ 味噌汁(さつま芋・玉ねぎ) りんご	ゼリー、おかし 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、さつま芋 食パン、ごま、バター	厚揚げ、鶏ひき肉 白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ひじき コーン、きゅうり、りんご ぶどうジュース	しょう油、出汁 酢 粉寒天
14	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	
15	月	あんかけうどん 鯖の味噌煮 きゅうりとひじきの酢の物 みかん	さつま芋ごはん 牛乳	うどん、片栗粉 さとう、米 さつま芋、黒ごま	豚小間肉、油揚げ 鯖、白味噌 ツナ缶 牛乳	にんじん、玉ねぎ、白菜 小松菜、きゅうり、ひじき みかん	出汁、しょう油 料理酒、しょうが 酢、塩
16	火	ロールパン 鶏じゃがグラタン しょう油フレンチ コンソメスープ りんご	鮭チャーハン 牛乳	バターロール じゃが芋、油、パン粉 エッグケアマヨネーズ 米、ごま	鶏小間肉 パルメザンチーズ 鮭フレーク、ちりめん 牛乳	玉ねぎ、パセリ キャベツ、きゅうり、にんじん コーン、りんご ねぎ	酢、しょう油 コンソメ、塩
17	水	ごはん 豚のトマト煮 ほうれん草ときのこのソテー 豆乳スープ みかん	餃子の皮ピザ 牛乳	片栗粉 じゃが芋、米、さとう	豚小間肉 豆乳 油揚げ、しらす 牛乳	トマト缶、玉ねぎ、ピーマン マッシュルーム缶、ほうれん草 にんじん、しめじ、コーン みかん	料理酒、塩 ケチャップ、みりん コンソメ、こしょう しょう油、出汁
18	木	ごはん 鶏肉の中華炒め きゅうりとちくわのサラダ 清汁(豆腐・ほうれん草) みかん	メロンパン風トースト 牛乳	米、さとう、ごま エッグケアマヨネーズ 食パン、バター ホットケーキミックス	鯖、白味噌 ちくわ、木綿豆腐 白味噌、豆乳 牛乳	しょうが、きゅうり、 ほうれん草、みかん	料理酒、しょう油 出汁、塩 レモン汁
19	金	ごはん 豆腐ハンバーグ ツナピーマン炒め 味噌汁(大根・人参) りんご	和風スイートポテト 牛乳	米、片栗粉 油、さつま芋 さとう、黒ごま	豚ひき肉、木綿豆腐 ツナ缶、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、もやし、ピーマン コーン、大根、にんじん りんご	しょう油、塩 コンソメ、カレー粉 出汁
20	土	ごはん 肉じゃが 野菜サラダ 味噌汁(切干し・えのき) りんご	豆乳プリン(黒みつ) 牛乳	米、じゃが芋 さとう、油 エッグケアマヨネーズ 黒糖	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、切干大根 えのき、りんご	出汁、しょう油 粉寒天
21	日						
22	月	チキンカレー わかめサラダ りんご	お麩のラスク 牛乳	米、じゃが芋、油 カレーパウダー、ごま油 さとう、ごま 麩	鶏小間肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ わかめ、もやし、きゅうり りんご、青のり	酢、しょう油 塩
23	火	勤労感謝の日					
24	水	ごはん 鶏肉の照り焼き 白菜のごま和え 豚汁 りんご	あんまん 牛乳	米、さとう、小麦粉 油、ごま ホットケーキミックス	鶏もも肉 豚バラ肉、木綿豆腐 白味噌、こしあん 牛乳	白菜、にんじん、ごぼう 大根、ねぎ、りんご	しょう油、みりん
25	木	豚すきやき丼 切干大根サラダ 味噌汁(里芋・しめじ) りんご	ラーメン 牛乳	米、油、さとう ごま、ごま油 里芋、焼そば麺	豚ロース肉、焼き豆腐 白味噌 牛乳	玉ねぎ、しらたき、切干大根 にんじん、きゅうり、しめじ りんご、わかめ、ねぎ、コーン	しょう油、みりん 出汁、酢、塩 鶏がらだし
26	金	ごはん あじフライ わかめの酢のもの お吸い物(豆腐・ねぎ) りんご	スコーン 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、さとう いちごジャム	あじ、ちくわ 絹ごし豆腐 豆乳 牛乳	きゅうり ねぎ りんご	中濃ソース、酢、 しょう油、出汁、塩 うすくちしょう油
27	土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツのおかか和え 味噌汁(麩・小松菜) りんご	きなこポーロ 牛乳	米、さとう、麩 小麦粉、油、ごま	鶏小間肉 花鰹、白味噌 きなこ、豆乳 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、にんじん キャベツ、小松菜、りんご	料理酒、しょう油 出汁 ベーキングパウダー
28	日						
29	月	ごはん つくね焼き 小松菜の納豆和え わかめとコーンのスープ みかん	さつま芋とりんごの春巻き 牛乳	米、さとう、パン粉 油、春巻きの皮 さつま芋、りんごジャム 小麦粉	鶏ひき肉、白味噌 挽き割り納豆 牛乳	れんこん、ねぎ、小松菜 にんじん、わかめ、コーン みかん	塩、しょう油 酢、出汁、コンソメ
30	火	ごはん 鶏肉のピザ焼き かぼちゃのごま和え 味噌汁(厚揚げ・なめこ) りんご	炒めビーフン 牛乳	米、小麦粉、かぼちゃ さとう、ごま、ごま油 ビーフン、	鶏もも肉、ピザ用チーズ 厚揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	玉ねぎ、ピーマン なめこ、りんご、にんじん	ケチャップ 出汁、中華だし しょう油、塩

