



【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

※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。

乳児は朝のおやつに牛乳がでます

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	土	ごはん 焼肉 さつまいもの甘煮 味噌汁(切干・小松菜) りんご	オレンジゼリー 牛乳	米、油、さとう ごま油、片栗粉 さつまいも	豚小間肉 白味噌 牛乳	にんじん、ピーマン 玉ねぎ、にんにく しょうが、切干大根、小松菜 オレンジジュース りんご	醤油、みりん 出汁 寒天
2	日						
3	月	ごはん 松風焼き きんぴらごぼう 清汁(えのき・人参) りんご	米粉蒸しパン(いちごジャム) 牛乳	米、さとう 油、ごま 米粉 いちごジャム	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌 豆乳 牛乳	ねぎ、にんじん、ごぼう いんげん、えのき、りんご	塩、醤油、みりん 料理酒、出汁 塩 ベーキングパウダー
4	火	ごはん 鶏肉の塩麹焼き ナムル 味噌汁(なめこ・豆腐) りんご	チーズおかかおにぎり 牛乳	米、油、ごま ごま油	鶏もも肉 絹ごし豆腐 白味噌 チーズ、花鰹 牛乳	ほうれん草、もやし きゅうり、にんにく にんじん なめこ りんご	塩麹、みりん 鶏がらだし、出汁
5	水	ごはん タラの胡麻味噌焼き ビーンズサラダ 清汁(しめじ・油揚げ) 清見オレンジ	コーンピラフ 牛乳	米さとう、ごま エッグケアマヨネーズ 油	油揚げ、タラ 白味噌、大豆水煮 牛乳	にんじん、パプリカ しめじ きゅうり 玉ねぎ、コーン 清見オレンジ	醤油、みりん 出汁、塩 コンソメ
6	木	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	大学芋 牛乳	米、油、ごま油 片栗粉 さとう さつまいも、ごま	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、玉ねぎ 清見オレンジ	醤油、料理酒 塩、出汁
7	金	豚肉きのこ丼 切干大根のマヨ和え もやしスープ 清見オレンジ	手作りふりかけごはん 牛乳	米、さとう、ごま エッグケアマヨネーズ ごま油、ごま	豚ひき肉 ツナ缶 ちりめん、花鰹 牛乳	キャベツ、玉ねぎ えのき、しめじ 切干大根、にんじん、きゅうり もやし、チンゲン菜、青のり 清見オレンジ	出汁、醤油 みりん、塩 中華だし
8	土	ごはん 肉じゃが 春雨サラダ 味噌汁(大根・油揚げ) りんご	わかめご飯 牛乳	米、じゃが芋、さとう 油、春雨、ごま油	豚小間肉 油揚げ 白味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん、きゅうり コーン、大根 しらたき りんご	醤油、出汁 酢 わかめご飯の素
9	日						
10	月	ごはん 豚肉のケチャップ炒め 野菜スティック 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) りんご	豆腐米粉ドーナツ 牛乳	米、油、砂糖 エッグケアマヨネーズ 片栗粉	豚小間肉 白味噌 豆腐 牛乳	にんじん、きゅうり キャベツ、玉ねぎ りんご	料理酒、ケチャップ 塩、出汁 ベーキングパウダー
11	火	チキンカレーライス ひじきサラダ でこぼん	炊き込みご飯 牛乳	米、じゃが芋 油、さとう ごま	鶏小間肉 鶏ひき肉 油揚げ	にんじん、玉ねぎ きゅうり、ひじき、コーン でこぼん	コンソメ ケチャップ、塩 醤油、酢、みりん、料理酒 カレールウ
12	水	ごはん タラのオーロラソース焼き 切り干し大根の炒め煮 清汁(小松菜・豆腐) 清見オレンジ	チーズいももち 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ じゃが芋、片栗粉	タラ 油揚げ 豆腐 ピザ用チーズ・豆乳 牛乳	にんじん、切り干し大根 いんげん、小松菜 パセリ 清見オレンジ	ケチャップ、みりん 料理酒、醤油 出汁、塩
13	木	ごはん 鶏肉のから揚げ わかめとコーンのサラダ 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ) りんご	ミルクず餅 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま油	鶏もも肉 白味噌 油揚げ きな粉 牛乳	わかめ、にんじん、たまねぎ きゅうり、コーン しょうが りんご	醤油、酢、みりん 出汁 料理酒
14	金	ごはん ミートボール(きのこトマトソースがけ) フレンチサラダ コンソメスープ(白菜・人参) りんご	こぎつねごはん 牛乳	米、ごま 片栗粉、油、さとう	豚ひき肉 しらす 油揚げ 牛乳	玉ねぎ、トマト缶 しめじ キャベツ、きゅうり、にんじん 白菜、パセリ、にんにく りんご	塩、酢、コンソメ 出汁、醤油

