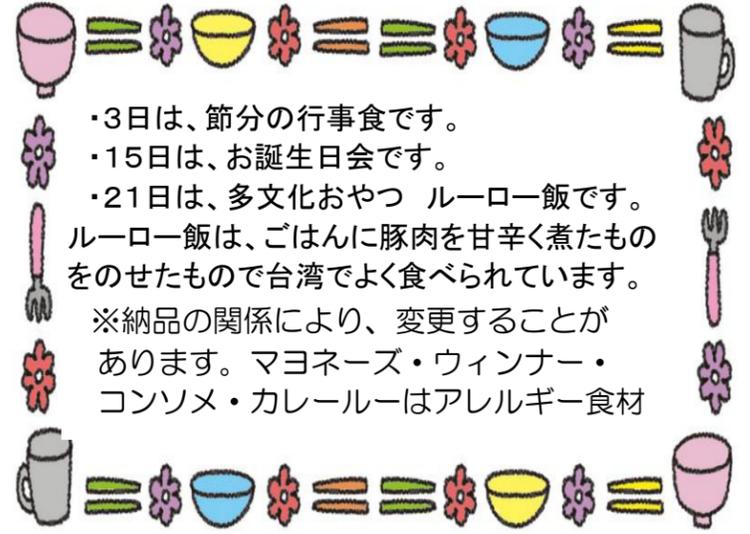




【今年度、初めて出る食材】
いよかん（17日）

- 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。ご了承ください。



・3日は、節分の行事食です。
 ・15日は、お誕生日会です。
 ・21日は、多文化おやつ ルーロー飯です。
 ルーロー飯は、ごはん豚肉を甘辛く煮たものをのせたもので台湾でよく食べられています。
 ※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・コンソメ・カレールーはアレルギー食材

乳児の朝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	水	チキンカレーライス もやしサラダ りんご	コーンマヨトースト 牛乳	米、じゃが芋 油、さとう、カレールー 食パン エッグケアマヨネーズ	鶏小間肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ、もやし きゅうり、りんご、パセリ コーン	コンソメ 塩 酢 醤油
2	木	ごはん 焼肉 白菜のおひたし 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) りんご	米粉の石垣まんじゅう 牛乳	米、油、さとう、ごま油 片栗粉、米粉 さつまいも、ごま	豚小間肉 花鰹、味噌 牛乳	ピーマン、もやし、玉ねぎ しょうが、白菜、ほうれん草 にんじん、わかめ、りんご	醤油、みりん 出汁、塩
3	金	赤鬼ごはん つくね金棒 大豆甘辛炒め けんちん汁 ぼんかん	米粉鬼ドーナツ 牛乳	米、さとう、片栗粉 ごま、油、里芋 米粉	木綿豆腐、鶏ひき肉 大豆水煮、しらす 生クリーム、絹豆腐 牛乳	にんじん、ごぼう、玉ねぎ 大根、ねぎ、ぼんかん いちご、海苔	塩、醤油、カレー粉 みりん、料理酒 出汁、酢 ココア ベーキングパウダー
4	土	ごはん 厚揚げの味噌炒め じゃがいものそぼろ煮 わかめスープ りんご	おかかおにぎり 牛乳	米、油、さとう じゃが芋、片栗粉 ごま	厚揚げ、豚小間肉 味噌、鶏ひき肉 花鰹 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ピーマン グリンピース、わかめ、ねぎ りんご	醤油、出汁、中華だし 塩
5	日						
6	月	ごはん ミートボール(ケチャップ味) 茹で野菜 きのこのスープ りんご	骨太チャーハン 牛乳	米 片栗粉、さとう エッグケアマヨネーズ ごま、油	豚ひき肉 しらす 牛乳	玉ねぎ、にんじん、きゅうり しめじ、えのき、パセリ りんご、ねぎ	ケチャップ ウスターソース 料理酒、醤油、塩 コンソメ
7	火	プルコギ丼 さつま芋の甘煮 春雨スープ りんご	ポテトフライ 牛乳	米、油、さとう ごま油、さつま芋 春雨 じゃが芋	豚小間肉、味噌 牛乳	玉ねぎ、しめじ、にら、にんにく にんじん、りんご 青のり	料理酒、醤油 中華だし、塩 みりん
8	水	ジャムパン(いちごジャム) 豆腐の肉味噌グラタン キャベツとわかめのサラダ コンソメスープ(にんじん・玉ねぎ) りんご	鮭おにぎり 牛乳	食パン いちごジャム、油、米 さとう、片栗粉 エッグケアマヨネーズ ごま	木綿豆腐、鶏ひき肉 味噌 鮭フレーク 牛乳	玉ねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり、わかめ りんご	塩、酢、醤油 コンソメ みりん、料理酒
9	木	ごはん ぶり大根 ブロッコリーとちくわのマヨ和え 味噌汁(里芋・油揚げ) いちご	あんかけスパゲティ 牛乳	米、さとう、油 エッグケアマヨネーズ 里芋 スパゲティ	ぶり、ちくわ 花鰹、油揚げ、味噌 ウィンナー 牛乳	大根、ブロッコリー、いちご 玉ねぎ、ピーマン マッシュルーム、コーン	出汁、料理酒 醤油、ケチャップ ウスターソース 中華だし
10	金	ごはん 根菜ハンバーグ ひじきの胡麻和え 味噌汁(豆腐・ねぎ) ぼんかん	大学芋 牛乳	米、油 さとう、片栗粉 ごま、さつま芋	鶏ひき肉 木綿豆腐、味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ごぼう れんこん、もやし、ひじき ほうれん草、ねぎ、ぼんかん	塩、出汁、醤油 みりん
11	土	建国記念日					
12	日						
13	月	ごはん 鶏肉の磯辺焼き れんこんきんぴら 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) りんご	じゃが芋とコーンのおやき 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま じゃが芋	鶏もも肉 味噌 牛乳	青のり、れんこん、にんじん いんげん、キャベツ、玉ねぎ りんご、コーン	塩、出汁、醤油 ケチャップ

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	
		ドライカレー わかめサラダ	米粉マーブルクッキー 牛乳	米、米粉、ごま油 さとう、油、バター	豚ひき肉 豆乳	玉ねぎ、にんじん、パプリカ トマト缶、もやし、きゅうり	ウスターソース ケチャップ、カレー粉

14	火	コンソメスープ(コーン・玉ねぎ) りんご		カレールー	牛乳	コーン、わかめ、りんご	コンソメ、塩、醤油 ココア
15	水	鶏肉照り焼き丼 ビーフンおなかマヨ和え コンソメスープ(白菜・じゃが芋) いちご	米粉ココアケーキ 牛乳	米、さとう、ビーフン エッグケアマヨネーズ じゃが芋 米粉 コーンスターチ	鶏小間肉 豆乳、花鰹 生クリーム 牛乳	しめじ、ねぎ、キャベツ きゅうり、にんじん、白菜 玉ねぎ、コーン、いちご オレンジジュース	みりん、醤油 塩 コンソメ ココア ベーキングパウダー
16	木	ごはん たらのチーズ焼き 切干大根の炒めナムル 味噌汁(厚揚げ、玉ねぎ) ぼんかん	じゃこトースト 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ ごま油、さとう、ごま 食パン 油	たら、ピザ用チーズ 豚小間肉、厚揚げ 味噌、しらす 牛乳	切干大根、にんじん、にら 玉ねぎ、ぼんかん 青のり	塩 醤油、出汁
17	金	ジャムパン(りんごジャム) クリームシチュー ツナサラダ いよかん	ケチャップライス 牛乳	食パン じゃが芋、油、米粉 りんごジャム、米	鶏小間肉、豆乳 ツナ缶 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ブロッコリー きゅうり、きゃべつ、いよかん グリーンピース	コンソメ、塩、酢 醤油、ケチャップ
18	土	ごはん 炒り鶏 シルバーサラダ 味噌汁(なめこ・玉ねぎ) りんご	わかめごはん 牛乳	米、油、さとう 春雨、エッグケアマヨネーズ	鶏小間肉 味噌 牛乳	大根、ごぼう、こんにゃく にんじん、いんげん、きゅうり コーン、なめこ、玉ねぎ りんご	料理酒、みりん 醤油、出汁、塩 わかめごはんの素
19	日						
20	月	ごはん ささみのカレー揚げ ミックスベジタブルソテー 味噌汁(厚揚げ・ほうれん草) いちご	炒めビーフン 牛乳	米、片栗粉、油 じゃが芋 ビーフン	ささみ 厚揚げ、味噌 豚ひき肉 牛乳	いんげん、にんじん、コーン ほうれん草、いちご 玉ねぎ	塩、カレー粉 コンソメ、出汁 中華だし、醤油
21	火	ごはん 鱈の味噌焼き 小松菜の納豆和え 清汁(ちくわ・えのき) りんご	ルーロー飯 牛乳	米、さとう、油 ごま油 片栗粉	あじ、味噌 ちりめん、挽き割り納豆 ちくわ、豚小間肉 牛乳	小松菜、にんじん、えのき りんご、玉ねぎ チンゲン菜 にんにく、しょうが	料理酒、みりん 醤油、酢、出汁 塩
22	水	味噌ラーメン 青のりポテトビーンズ ぼんかん	焼きおにぎり 牛乳	中華麺 片栗粉、油、米、ごま じゃが芋	豚小間肉、味噌 大豆水煮、ちりめん 牛乳	にんじん、玉ねぎ、もやし コーン、キャベツ、青のり ぼんかん	中華だし 塩、醤油、みりん
23	木	天皇誕生日					
24	金	ごはん 豆腐のつくね焼き スパゲティサラダ(マヨ) 味噌汁(ねぎ・わかめ) いちご	コーンフレークおこし 牛乳 あおぞら組 ハイハイ	米、油、片栗粉、さとう スパゲティ エッグケアマヨネーズ コーンフレーク はちみつ	木綿豆腐、鶏ひき肉 味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ、きゅうり キャベツ、わかめ、いちご ねぎ	塩、醤油、みりん 出汁
25	土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 春雨の中華サラダ 味噌汁(大根・高野豆腐) りんご	米粉のホットック 牛乳	米、春雨、さとう ごま油 米粉、油 黒糖	鶏小間肉 高野豆腐、味噌 木綿豆腐 牛乳	玉ねぎ、ピーマン きゅうり、にんじん、大根 大根の葉、りんご	料理酒、醤油 酢、出汁 塩 ベーキングパウダー
26	日						
27	月	ほうとううどん 鯖の塩焼き 大豆サラダ 清見オレンジ	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	うどん エッグケアマヨネーズ かぼちゃ、米	豚小間肉、味噌 鯖、大豆水煮 ちりめん、花鰹 牛乳	にんじん、白菜、ねぎ ごぼう、きゅうり、コーン 清見オレンジ、小松菜	出汁、醤油、みりん 塩
28	火	ごはん 揚レバーのカレーケチャップ和え きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) いよかん	黒蜜トースト 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま、じゃが芋 食パン 黒糖、バター	豚レバー しらす、味噌 牛乳	しょうが、にんにく きゅうり、わかめ、玉ねぎ いよかん	醤油、料理酒 ケチャップ、ウスターソース カレー粉、酢、塩 出汁

