



【今年度、初めて出る食材】

・里芋（26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。

乳児さんの朝のおやつは毎日牛乳です。

・20日は、お誕生日会です。  
 ・8日は、多文化おやつ ビリヤニです。  
 ビリヤニは、インドで食べられているスパイスとお肉の炊き込みご飯です。

※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食材不使用のものを使用

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	ジャムパン(いちごジャム) チキントマトソース煮 大豆ドレッシングサラダ 白菜の豆乳スープ りんご	中華ちまきおにぎり 牛乳	食パン、いちごジャム 小麦粉、油、さとう 米、もち米、ごま油	鶏もも肉 生クリーム、大豆 豆乳 牛乳	たまねぎ、パセリ缶 きゅうり、キャベツ、にんじん はくさい、りんご トマトピューレ	塩、料理酒、コンソメ ケチャップ 酢、しょう油
2	土	ごはん 豚肉の野菜炒め マセドアンサラダ 味噌汁(厚揚げ・切干大根) みかん缶	カルシウムラスク 牛乳	米、油、さとう、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 食パン、バター、ごま	豚肉、厚揚げ 味噌 パルメザンチーズ 牛乳	たまねぎ、こまつな、にんじん しょうが、きゅうり、切干大根 みかん缶、青のり	料理酒、しょう油 出汁
3	日						
4	月	野菜うどん あじの塩麹焼き 粉吹芋カレー風味 梨	じゅーしい(沖縄) 牛乳	うどん、じゃがいも 米、さとう	油揚げ、あじ 豚肉 牛乳	だいこん、にんじん、しめじ、ねぎ ほうれんそう、パセリ缶、梨 エリンギ、ひじき	しょう油、みりん、出汁 塩麹、カレー粉、塩
5	火	ごはん ピーマン肉詰め さつま芋のごまマヨサラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ) りんご	粒々みかんゼリー チーズクラッカー 牛乳	米、片栗粉、さつまいも エッグケアマヨネーズ ごま、さとう クラッカー	豚ひき肉 木綿豆腐、味噌 スライスチーズ 牛乳	ピーマン、たまねぎ、にんじん きゅうり、ねぎ、りんご オレンジジュース、みかん缶	ケチャップ、中濃ソース しょう油、出汁 寒天
6	水	ごはん 豆腐の落とし揚げ ほうれん草ともやしのお浸し 清汁(大根) 梨	じゃこおにぎり 牛乳	米、片栗粉、油、ごま	木綿豆腐、豚ひき肉 花鰹、ちりめん 牛乳	にんじん、ねぎ、ほうれんそう もやし、だいこん、ひじき だいこんの葉、梨	しょう油、塩、出汁
7	木	ごはん 肉団子甘酢あん かぼちゃの煮物 中華スープ(小松菜・しめじ) りんご	スイートポテトクッキー(米粉) 牛乳	米、片栗粉、油、さとう さつまいも、米粉、ごま メープルシロップ	豚ひき肉 豆乳 牛乳	たまねぎ、しょうが、かぼちゃ こまつな、しめじ、りんご	塩、酢、料理酒 中濃ソース、ケチャップ しょう油、中華だし
8	金	ロールパン 米粉豆乳グラタン わかめとキャベツのサラダ コンソメスープ(もやし・人参) りんご	ビリヤニ(インド) 牛乳	バターロール さつまいも、油、米粉 じゃがいも、さとう、米	鶏むね肉、豆乳 鶏もも肉 牛乳	たまねぎ、しめじ、パセリ缶 わかめ、キャベツ、きゅうり もやし、にんじん、りんご しょうが、ピーマン	コンソメ、塩 酢、しょう油、料理酒 カレー粉
9	土	ごはん チンジャオロース(ポテト) 切干大根のさっぱり和え 味噌汁(厚揚げ・玉ねぎ) みかん缶	きなこパンケーキ 牛乳	米、片栗粉、じゃがいも 油、ごま油、さとう、ごま ホットケーキミックス 黒砂糖	豚肉、厚揚げ 味噌、豆乳、きなこ 牛乳	しょうが、ピーマン、にんじん 切干大根、もやし、きゅうり たまねぎ、みかん缶	しょう油、料理酒 塩、酢、出汁
10	日						
11	月	ジャムパン(りんごジャム) チキンのクリーム煮 かぼちゃのサラダ コンソメスープ(ほうれん草・人参) 梨	きのこごはん 牛乳	食パン、りんごジャム 油、米粉、メープルシロップ エッグケアマヨネーズ 米、ごま	鶏むね肉、豆乳 牛乳	たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり ほうれんそう、にんじん、梨 えのき、しめじ	コンソメ、塩 しょう油、出汁
12	火	ピビンバ丼 さつま芋の甘煮 中華スープ(もやし、にら) りんご	ココア蒸しパン 牛乳	米、油、さとう、ごま さつまいも ホットケーキミックス	豚ひき肉、味噌 豆乳 牛乳	にんにく、にんじん、ほうれんそう だいこん、もやし、にら、りんご	しょう油、酢、料理酒 中華だし ベーキングパウダー ココア
13	水	ごはん ヤンニョムチキン 野菜炒め 味噌汁(豆腐・ほうれん草) りんご	わかめおにぎり 牛乳	米、片栗粉、油、さとう ごま	鶏もも肉、木綿豆腐 味噌 牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ ピーマン、にんにく、ほうれんそう りんご、わかめ	料理酒、ケチャップ しょう油、みりん、塩 コンソメ、出汁
14	木	ごはん さわらの味噌焼き 大豆とひじき炒り煮 味噌汁(白菜・油揚げ) 梨	焼きそば 牛乳	米、さとう、油 焼きそば麺	さわら、大豆、油揚げ 味噌 豚ひき肉 牛乳	にんじん、はくさい、梨 たまねぎ、青のり ひじき、もやし	料理酒、みりん、しょう油 出汁、中濃ソース

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	金	バターチキンカレーライス ブロッコリーとじゃが芋の中華和え 梨	ミルクきなこ棒 あおぞら:さつま芋きなこ スティック 牛乳	米、油、さとう、バター じゃがいも、ごま油 はちみつ、ごま カレールー、小麦粉	鶏もも肉、ヨーグルト きなこ、スキムミルク 牛乳	たまねぎ、にんにく、ブロッコリー にんじん、梨 トマトピューレ	カレー粉 コンソメ、しょう油、みりん 塩、中濃ソース、酢
16	土	ごはん 厚揚げのケチャップ炒め きゅうりのツナ和え 味噌汁(大根・油揚げ) みかん缶	フレンチトースト 牛乳	米、油、さとう、片栗粉 ごま、食パン エッグケアマヨネーズ バター、メープルシロップ	厚揚げ、豚肉 ツナフレーク、油揚げ 味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン きゅうり、もやし、わかめ、だいこん みかん缶	しょう油、酢、ケチャップ 出汁
17	日						
18	月	<b>敬老の日</b>					
19	火	ごはん 鱈の南蛮漬け 冬瓜のそぼろ煮 味噌汁(なめこ・ねぎ) りんご	チキンライス 牛乳	米、片栗粉、油、さとう	あじ、鶏ひき肉 味噌、鶏ささみ 牛乳	たまねぎ、にんじん、とうがん なめこ、ねぎ、りんご	塩、料理酒、酢、しょう油 みりん、出汁、コンソメ ケチャップ
20	水	さつま芋ごはん 和風ハンバーグ、付)ベイクドポテト ブロッコリーのカレーツナマヨサラダ 味噌汁(キャベツ・えのき) 梨	カップケーキ 牛乳	米、さつまいも、ごま 片栗粉、さとう、じゃがいも 油、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	豚ひき肉、ツナフレーク 味噌、豆乳 生クリーム 牛乳	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん キャベツ、えのき、梨	料理酒、塩、しょう油 みりん、カレー粉、出汁
21	木	ごはん カレービーンズ 和風サラダ 清汁(豆腐・小松菜) りんご	おはぎ 牛乳	米、油、さとう、もち米	大豆、鶏もも肉 木綿豆腐、きなこ つぶあん 牛乳	にんじん、たまねぎ、にんにく もやし、わかめ、きゅうり こまつな、りんご	ケチャップ、中濃ソース カレー粉、酢、しょう油 塩、出汁
22	金	ごはん マーボー豆腐 胡瓜とキャベツのポン酢和え 味噌汁(麩・玉ねぎ) りんご	フライドポテト 牛乳	米、ごま油、さとう 片栗粉、麩、じゃがいも 油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 味噌、ツナフレーク 牛乳	にんじん、ねぎ、にら、きゅうり キャベツ、たまねぎ、りんご パセリ缶	しょう油、酢 レモン汁、出汁、塩
23	土	<b>秋分の日</b>					
24	日						
25	月	ごはん たらのもみじ焼き きんぴらごぼう 味噌汁(なす・玉ねぎ) 梨	ラーメン 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ 中華麺	たら、味噌 牛乳	にんじん、ごぼう、しらたき ピーマン、なす、たまねぎ、梨 わかめ、ねぎ、コーン	しょう油、みりん、料理酒 出汁、中華だし 塩
26	火	のっぺいうどん 鶏肉のマーナレード煮 さつま芋スティック胡麻和え りんご	チーズおかかおにぎり 牛乳	うどん、さといも、油 片栗粉、マーナレードジャム さつまいも、ごま さとう、米	鶏もも肉、油揚げ サラダチーズ、花鰹 牛乳	にんじん、だいこん、だいこんの葉 ねぎ、にんにく、りんご	出汁、塩、しょう油 料理酒
27	水	ロールパン ひき肉と豆腐のナゲット ポテトサラダ キャベツの豆乳スープ りんご	骨太チャーハン 牛乳	バターロール 油、さとう、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 片栗粉、米、ごま油 パン粉	鶏ひき肉 木綿豆腐、豆乳 豚ひき肉、ちりめん 牛乳	たまねぎ、きゅうり、にんじん キャベツ、パセリ缶、りんご、ねぎ ひじき	塩、しょう油、ケチャップ 中濃ソース、コンソメ 中華だし
28	木	ごはん レバーの立田揚げ 三色おひたし 大根の中華スープ 梨	ツナのチーズパン 牛乳	米、片栗粉、油、ごま油 ごま ホットケーキミックス エッグケアマヨネーズ	豚レバー、ヨーグルト ツナフレーク、花鰹 ピザ用チーズ 牛乳	しょうが、ほうれんそう、もやし にんじん、だいこん、たまねぎ 梨	しょう油、中華だし 塩
29	金	お月見ハヤシライス 切干大根のマヨ和え 春雨スープ(人参) りんご	うさぎまんじゅう 牛乳	米、油、春雨、小麦粉 さとう、さつまいも エッグケアマヨネーズ ごま、バター ハヤシルー	豚肉、パルメザンチーズ ツナフレーク 牛乳	たまねぎ、にんじん、しめじ 切干大根、きゅうり、海苔 りんご	中濃ソース ケチャップ、しょう油 コンソメ、塩 ベーキングパウダー ココア
30	土	ごはん 鶏肉のソース煮 白菜のおかか和え 味噌汁(豆腐・わかめ) みかん缶	りんご蒸しパン(米粉) 牛乳	米、片栗粉、米粉 さとう、油	鶏もも肉、花鰹 絹ごし豆腐、味噌 豆乳 牛乳	たまねぎ、はくさい、きゅうり にんじん、わかめ、みかん缶 りんご	料理酒、ケチャップ 中濃ソース、しょう油 出汁、ベーキングパウダー



