

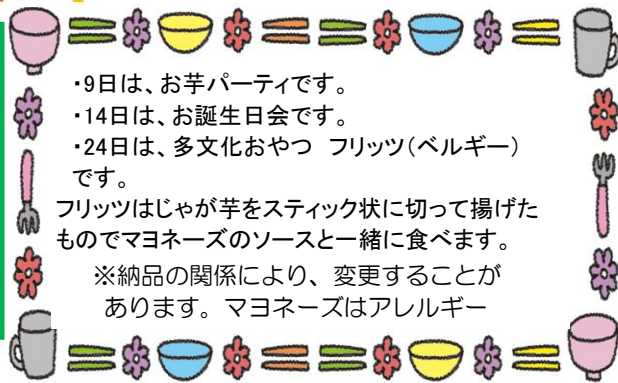


【今年度、初めて出る食材】

- ・さば (15日)
- ・れんこん (29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。



- ・9日は、お芋パーティです。
- ・14日は、お誕生日会です。
- ・24日は、多文化おやつ フリッツ(ベルギー)です。

フリッツはじゃが芋をスティック状に切って揚げたものでマヨネーズのソースと一緒に食べます。

※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズはアレルギー

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	ごはん みそ豚 ブロッコリーのマヨネーズ和え 中華スープ(豆腐・えのき) りんご	ゆかりひじきごはん 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ ごま、さとう	豚小間肉、みそ 木綿豆腐 牛乳	キャベツ、たまねぎ、ブロッコリー しょうが、にんじん、えのき りんご、芽ひじき	料理酒、しょう油 出汁、中華だし みりん、ゆかり粉
2	木	ごはん 鶏肉の塩麹炒め 小松菜ともやしのお浸し 味噌汁(大根・油揚げ) りんご	焼きそば 牛乳	米、ごま油、片栗粉 焼きそば麺	鶏もも肉、みそ 花鰹、油揚げ 豚ひき肉 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんにく しょうが、こまつな、もやし にんじん、だいこん、りんご 青のり	塩麹、出汁 料理酒、しょう油 中濃ソース
3	金	文化の日					
4	土	ごはん しょうが焼き きゅうりのおかか和え 味噌汁(わかめ・もやし) みかん缶	わかめおにぎり 牛乳	米、さとう、ごま	豚小間肉、花鰹 みそ 牛乳	たまねぎ、しょうが、きゅうり にんじん、わかめ、もやし みかん缶	しょう油、料理酒 出汁、塩
5	日						
6	月	ごはん ミートボール(照焼味) 大根ごまサラダ 清汁(麩・ねぎ) みかん	ショートブレッド 牛乳	米、片栗粉、さとう エッグケアマヨネーズ ごま、麩 小麦粉、バター	豚ひき肉 牛乳	たまねぎ、だいこん、わかめ にんじん、ねぎ、みかん	しょう油、塩、出汁
7	火	ジャムパン(いちごジャム) チキンマカロニグラタン 粉吹芋カレー風味 コンソメスープ(ほうれん草・人参) りんご	五平餅 牛乳	食パン、イチゴジャム マカロニ、小麦粉 パン粉、じゃがいも 油、米、さとう、ごま	鶏もも肉、豆乳 スキムミルク ピザ用チーズ パルメザンチーズ みそ、牛乳	たまねぎ、パセリ缶、ほうれん草 にんじん、りんご	塩、コンソメ、カレー粉
8	水	豚汁うどん たらのマヨチーズ焼き わかめときゅうりの和え物 みかん	こぎつねごはん 牛乳	うどん、油 エッグケアマヨネーズ さとう、ごま油、米、ごま	豚小間肉、みそ 木綿豆腐、たら ピザ用チーズ しらす、油揚げ 牛乳	にんじん、だいこん、ごぼう ねぎ、わかめ、きゅうり、もやし みかん	出汁、ウスターソース 酢、しょう油、塩
9	木	チキンカレーライス ツナサラダ りんご	大学芋・さつま芋クッキー 牛乳	米、じゃがいも、油 小麦粉、カレールー さとう、さつまいも ごま ホットケーキミックス	鶏もも肉、スキムミルク ツナフレーク 牛乳	にんじん、たまねぎ、きゅうり キャベツ、りんご	コンソメ、塩 酢、しょう油 中濃ソース ケチャップ
10	金	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 ひじきのナムル 味噌汁(さつま芋・キャベツ) りんご	お麩の青のりおやつ 牛乳	米、さとう、油 片栗粉、ごま油 さつまいも、麩	厚揚げ 鶏ひき肉、みそ 牛乳	しょうが、にんじん、たまねぎ もやし、芽ひじき、きゅうり キャベツ、りんご、青のり	しょう油、出汁、酢、塩
11	土	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き 春雨サラダ 味噌汁(豆腐・玉ねぎ) みかん缶	黒糖ボーロ 牛乳	米、春雨、さとう エッグケアマヨネーズ 油、小麦粉、黒砂糖 ごま	鶏もも肉、みそ 木綿豆腐 豆乳 牛乳	きゅうり、にんじん、たまねぎ みかん缶	酢、しょう油、出汁 ベーキングパウダー
12	日						
13	月	豚肉すきやき丼 切干大根の和え物 味噌汁(キャベツ・しめじ) みかん	ココア蒸しパン 牛乳	米、さとう ホットケーキミックス	豚小間肉、みそ 焼き豆腐、豆乳 牛乳	たまねぎ、しらたき、キャベツ 切干大根、にんじん きゅうり、しめじ、みかん	しょう油、みりん、出汁 酢、ベーキングパウダー ココア
14	火	わかめご飯 ささみのコーンフレーク焼き マカロニのケチャップソテー・さつま芋の黄金煮 味噌汁(豆腐・なめこ) みかん・ぶどうゼリー	かぼちゃのパウンドケーキ 牛乳	米、コーンフレーク エッグケアマヨネーズ マカロニ、油、さつまいも さとう、小麦粉、バター	鶏ささみ、絹ごし豆腐 みそ、豆乳、生クリーム 牛乳	にんにく、しょうが、パセリ缶 なめこ、みかん、ぶどうジュース かぼちゃ、にんじん、たまねぎ	わかめご飯の素 しょう油、ケチャップ コンソメ、塩、出汁 寒天、ベーキングパウダー バナラエッセンス
15	水	ごはん サバの味噌煮 大豆とひじきの煮物 清汁(大根・ほうれん草) りんご	かしわご飯【福岡】 牛乳	米、さとう、ごま油	さば、みそ、大豆水煮 油揚げ、鶏もも肉 牛乳	しょうが、芽ひじき、にんじん だいこん、ほうれん草、りんご しめじ、ごぼう	みりん、しょう油 料理酒、出汁 塩

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	
16	木	ジャムパン(りんごジャム) チキンポテのカレーチーズ焼き サワークラフト 豆乳スープ(白菜・人参) みかん	中華あんかけごはん 牛乳	食パン、りんごジャム じゃがいも、油、さとう 米、ごま油、片栗粉	鶏もも肉、豆乳 ピザ用チーズ 豚ひき肉 牛乳	たまねぎ、パセリ缶、キャベツ にんじん、きゅうり、はくさい みかん	カレー粉、塩 酢、コンソメ、しょう油 中華だし
17	金	ごはん 豆腐ハンバーグ ツナピーマン炒め 味噌汁(切干大根・えのき) りんご	きつねうどん 牛乳	米、パン粉、油、さとう うどん	豚ひき肉、木綿豆腐 ツナフレーク みそ、油揚げ 牛乳	にんじん、たまねぎ、もやし ピーマン、切干大根、えのき りんご、ねぎ	塩、出汁、しょう油 コンソメ、カレー粉 みりん
18	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(もやし・油揚げ) みかん缶	スコーン 牛乳	米、じゃがいも、さとう エッグケアマヨネーズ 油、小麦粉、バター イチゴジャム	豚小間肉、油揚げ みそ、豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、もやし、みかん缶	しょう油、出汁 ベーキングパウダー
19	日						
20	月	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) みかん	さつまいものきな粉スティック 牛乳	米、さとう、麩 さつまいも	鶏もも肉、花鰹 みそ、きな粉 牛乳	たまねぎ、ピーマン、キャベツ にんじん、こまつな、みかん	料理酒、しょう油 出汁
21	火	あんかけうどん たらのパン粉焼き きゅうりとひじきの酢の物 りんご	手作りふりかけおにぎり 牛乳	うどん、片栗粉 エッグケアマヨネーズ パン粉、さとう、米 ごま油、ごま	豚小間肉、油揚げ たら、ツナフレーク 花鰹、ちりめん 牛乳	にんじん、たまねぎ、はくさい ほうれんそう、パセリ缶 きゅうり、芽ひじき、りんご 青のり	出汁、しょう油、塩 酢
22	水	ポークカレーライス じゃこサラダ りんご	粒々みかんゼリー チーズクラッカー 牛乳	米、じゃがいも、油 さとう、クラッカー カレールー、小麦粉	豚小間肉 ちりめん、スキムミルク スライスチーズ 牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベツ こまつな、りんご オレンジジュース、みかん缶	コンソメ、塩 酢、しょう油、寒天 中濃ソース ケチャップ
23	木	勤労感謝の日					
24	金	ごはん 鶏肉の照り焼き 金平ごぼう 味噌汁(大根・油揚げ) りんご	フリッツ【ベルギー】 牛乳	米、ごま油、さとう じゃがいも、油 エッグケアマヨネーズ	鶏もも肉、油揚げ みそ 牛乳	ごぼう、にんじん、しょうが ピーマン、だいこん、だいこんの葉 りんご	しょう油、みりん 料理酒、出汁 ケチャップ
25	土	ごはん 豚肉のケチャップ炒め さつまいもサラダ 味噌汁(白菜・わかめ) みかん缶	クッキー 牛乳	米、油、さつまいも エッグケアマヨネーズ 小麦粉、さとう	豚小間肉、みそ 牛乳	たまねぎ、ピーマン、きゅうり にんじん、はくさい、わかめ みかん缶	塩、料理酒 ケチャップ、出汁 中濃ソース
26	日						
27	月	ジャムパン(いちごジャム) ミートグラタン ほうれん草ときのこのソテー 豆乳スープ(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	ツナおかかおにぎり 牛乳	食パン、イチゴジャム マカロニ、小麦粉 油、じゃがいも、米	豚ひき肉、豆乳 ピザ用チーズ 花鰹、ツナフレーク 牛乳	たまねぎ、ほうれんそう キャベツ、にんじん、しめじ パセリ缶、りんご	塩、ケチャップ コンソメ、しょう油
28	火	ごはん ヤンニョムチキン もやしと小松菜のナムル 中華スープ(豆腐・わかめ) りんご	チーズいもち 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま、ごま油 じゃがいも	鶏もも肉、豆乳 木綿豆腐 スキムミルク ピザ用チーズ 牛乳	にんにく、もやし、にんじん こまつな、わかめ、りんご パセリ缶	塩、料理酒 ケチャップ、しょう油 みりん 中華だし
29	水	ごはん れんこんのつくね焼き 白菜の胡麻和え 清汁(玉ねぎ・わかめ) りんご	ミルクきなこ棒 牛乳	米、さとう、パン粉、油 ごま、はちみつ	鶏ひき肉、みそ スキムミルク、きな粉 牛乳	れんこん、ねぎ、はくさい にんじん、たまねぎ、わかめ りんご	塩、しょう油、出汁
30	木	ごはん レバーの芝麻揚げ 切干大根のさっぱり和え 味噌汁(厚揚げ・ねぎ) みかん	スイートポテト 牛乳	米、ごま油、片栗粉 油、ごま、さとう さつまいも、バター	豚レバー、厚揚げ みそ 牛乳	にんにく、しょうが、きゅうり 切干大根、にんじん ねぎ、みかん	料理酒、酢 しょう油、出汁 バニラエッセンス

