

【新しく取り入れる旬の食材】

- 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。ご了承ください。

乳児さんの朝のおやつは毎日牛乳です。

- ・ 17日は、お誕生日会です。
- ・ 26日は、こどもの日の行事食です。
- ・ 8日は多文化おやつ チャーハンです。チャーハンは炊きあがった米飯を様々な具材と共に油で炒めた中華料理です。

※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズはアレルギー食材

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	豚丼 切干大根の胡麻マヨ和え もやしスープ りんご	ぶどうゼリー クラッカー 牛乳	米、さとう エッグケアマヨネーズ ごま、クラッカー	豚こま肉 鶏ささみ 牛乳	たまねぎ、しらたき 切干大根、にんじん、きゅうり もやし、チンゲンサイ、りんご	しょう油、みりん 料理酒、塩 中華だし ぶどうゼリー
2	火	ごはん 鶏肉の味噌照り焼き マカロニサラダ すまし汁(小松菜・玉ねぎ) 清見オレンジ	わかめおにぎり 牛乳	米、さとう、マカロニ エッグケアマヨネーズ ごま	鶏もも肉、みそ チーズ 牛乳	きゅうり、にんじん、こまつな たまねぎ、清見オレンジ	料理酒、みりん 塩、出汁、しょう油 わかめごはんの素
3	水	ごはん たらの変り焼き もやしのカレー炒め 味噌汁(なめこ・豆腐) りんご	フライドポテト 牛乳	米、パン粉、油 エッグケアマヨネーズ じゃがいも	たら、厚揚げ 豆腐、みそ 牛乳	もやし、にんじん、ピーマン なめこ、りんご、パセリ粉	塩、カレー粉 出汁
4	木	ごはん マーボー豆腐 ひじきのナムル 中華スープ(キャベツ・わかめ) 清見オレンジ	手作りふりかけごはん 牛乳	米、ごま油、さとう 片栗粉、ごま	豆腐、豚ひき肉 みそ、ちりめん 花鰹 牛乳	にんじん、ねぎ、キャベツ、だいこん ひじき、きゅうり、わかめ 清見オレンジ 青のり	しょう油、酢 中華だし
5	金	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 スピナチサラダ 味噌汁(高野豆腐・ねぎ) りんご	クッキー 牛乳	米、さとう、ごま 小麦粉、油	鶏もも肉 ツナフレーク 高野豆腐、みそ 牛乳	だいこん、しょうが ほうれんそう、にんじん、ねぎ りんご	料理酒、酢 しょう油、塩、出汁
6	土	ごはん ポークチャップ シルバーサラダ 味噌汁(白菜・麩) 清見オレンジ	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、油、はるさめ エッグケアマヨネーズ 麩、ホットケーキミックス いちごジャム	豚こま肉、みそ 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり はくさい、清見オレンジ	ケチャップ ウスターソース コンソメ、塩、出汁 ベーキングパウダー
7	日						
8	月	ごはん 鶏肉の照り焼き れんこんきんぴら 味噌汁(豆腐・わかめ) 甘夏柑	チャーハン(中国) 牛乳	米、油、さとう ごま油	鶏もも肉、油揚げ 豆腐、みそ 豚ひき肉 ちりめん 牛乳	しょうが、れんこん、にんじん しめじ、しらたき、わかめ 甘夏柑、ねぎ	しょう油、みりん 出汁、塩 中華だし
9	火	ごはん ハンバーグ 人参と豆腐のしりしり コンソメスープ(白菜・小松菜) 清見オレンジ	いちごジャムトースト 牛乳	米、油、パン粉 さとう、ごま油 食パン、いちごジャム	豚ひき肉 鶏ひき肉 スキムミルク 豆腐 牛乳	たまねぎ、にんじん、はくさい こまつな、清見オレンジ	塩、ケチャップ ウスターソース しょう油、みりん コンソメ
10	水	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 切干大根の煮物 味噌汁(じゃが芋・豆苗) 甘夏柑	五平餅 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、じゃがいも ごま	赤魚 高野豆腐 みそ 牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン 切干大根、豆苗 甘夏柑	料理酒 しょう油、みりん 出汁
11	木	ポークカレーライス フレンチサラダ 清見オレンジ	キャロットオレンジゼリー 牛乳	米、じゃがいも 油、さとう	豚こま肉 スキムミルク 牛乳	にんじん、たまねぎ キャベツ、きゅうり 清見オレンジ オレンジジュース	カレーフレーク 酢、塩 寒天
12	金	ジャムパン チキンマカロニグラタン 野菜スティック 豆乳スープ(白菜・玉ねぎ) 甘夏柑	高野豆腐のそぼろごはん 牛乳	食パン、いちごジャム マカロニ、油 小麦粉、パン粉 エッグケアマヨネーズ 米、さとう	鶏もも肉、豆乳 チーズ 高野豆腐 鶏ひき肉 牛乳	たまねぎ、きゅうり、にんじん はくさい、パセリ粉 甘夏柑、しょうが	塩、コンソメ みりん、料理酒 しょう油、出汁
13	土	ごはん 揚げ豆腐の胡麻味噌あんかけ さつま芋のレモン煮 味噌汁(大根・わかめ) 清見オレンジ	お麩の黄な粉ラスク 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま、さつまいも 麩	豆腐、鶏ひき肉 みそ、黄な粉 牛乳	レモン汁、だいこん、わかめ 清見オレンジ	みりん、出汁
14	日						

