

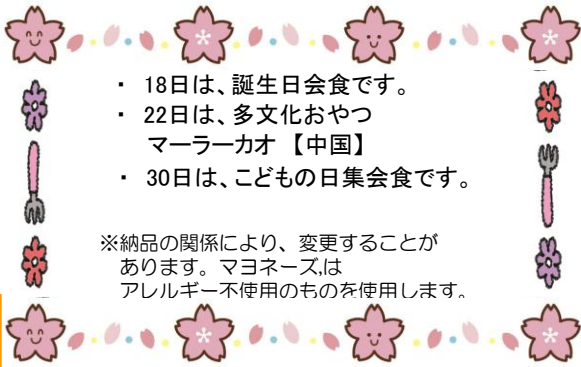
【新しく取り入れる旬の食材】

今月はありません

●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

乳児さんは朝のおやつに牛乳がです



- ・ 18日は、誕生日会食です。
- ・ 22日は、多文化おやつ
マーラーカオ【中国】
- ・ 30日は、こどもの日集会食です。

※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不使用のものを使用します。

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	火	ごはん 鶏肉の味噌照り焼き もやしのカレー炒め すまし汁(小松菜・玉ねぎ) りんご	フライドポテト 牛乳	米、さとう、油 じゃがいも	鶏もも肉、みそ 厚揚げ 牛乳	もやし、にんじん、ピーマン こまつな、たまねぎ りんご、パセリ	料理酒、みりん 塩、カレー粉 出汁、しょう油
2	水	ごはん ブルコギ さつま芋サラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ) 清見オレンジ	ツナと昆布のおにぎり 牛乳	米、油、さとう ごま油、ごま さつまいも エッグケアマヨネーズ	豚こま肉、みそ 豆腐 ツナフレーク 牛乳	たまねぎ、しめじ、にら にんにく、きゅうり、にんじん ねぎ、清見オレンジ 昆布	みりん、しょう油 料理酒、塩 出汁
3	木	ごはん 麻婆豆腐 ひしきと大根の和え物 中華スープ(キャベツ・わかめ) りんご	高野豆腐のそぼろご飯 牛乳	米、ごま油 さとう、片栗粉 ごま、油	豆腐、豚ひき肉 みそ、高野豆腐 鶏ひき肉 牛乳	にんじん、たまねぎ、ひじき だいこん、きゅうり、わかめ キャベツ、りんご しょうが	しょう油、酢 中華だし みりん、料理酒 出汁
4	金	ごはん たらのみぞれがけ 金平ごぼう 味噌汁(玉ねぎ・麩) りんご	セサミクッキー 牛乳	米、小麦粉 油、さとう 片栗粉、ごま、麩	たら、油揚げ みそ、豆乳 牛乳	だいこん、ごぼう、にんじん しめじ、たまねぎ、りんご	出汁、しょう油、酢
5	土	ごはん 厚揚げと野菜の味噌炒め 焼きポテト 味噌汁(切干大根・人参) 清見オレンジ	お麩のきな粉ラスク 牛乳	米、さとう、じゃがいも 片栗粉、油 麩	厚揚げ、豚ひき肉 みそ きなこ 牛乳	キャベツ、たまねぎ、ピーマン しょうが、にんにく、のり 切干大根、にんじん 清見オレンジ	しょう油、塩 コンソメ、出汁
6	日						
7	月	ごはん 鶏肉の照り焼き 切干大根の煮物 味噌汁(厚揚げ・わかめ) 清見オレンジ	手作りふりかけごはん 牛乳	米、片栗粉 さとう、ごま油 ごま	鶏もも肉 高野豆腐 油揚げ、厚揚げ みそ、花鰹 牛乳	たまねぎ、しょうが 切干大根、にんじん わかめ、清見オレンジ のり	しょう油、みりん 出汁
8	火	ポークカレーライス フレンチサラダ りんご	ココアプリン 牛乳	米、じゃがいも 油、さとう	豚こま肉 スキムミルク 豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベツ きゅうり、りんご	カレールウ 酢、塩 ココア、アガー
9	水	ごはん ハンバーグ 豆腐とひじきの炒め煮 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、パン粉、さとう ごま油 食パン、イチゴジャム	豚ひき肉 鶏ひき肉 高野豆腐、油揚げ スキムミルク、豆腐 牛乳	たまねぎ、ひじき、にんじん れんこん、はくさい、こまつな 清見オレンジ	塩、ケチャップ ソース、出汁、みりん 料理酒、しょう油 コンソメ
10	木	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 小松菜と大豆のサラダ 味噌汁(じゃが芋・豆苗) りんご	五平餅(長野) 牛乳	米、油、さとう 片栗粉 エッグケアマヨネーズ じゃがいも ごま	赤魚 水煮大豆 みそ 牛乳	にんじん、たまねぎ こまつな、豆苗 りんご	料理酒、しょう油 出汁
11	金	ごはん 鶏肉とごぼうのさつま揚げ キャベツのおかか和え すまし汁(高野豆腐・ねぎ) りんご	スパゲティミートソース 牛乳	米、パン粉、さとう 片栗粉、ごま エッグケアマヨネーズ 油、スパゲティ	鶏ひき肉、豆腐 花鰹 高野豆腐 豚ひき肉 牛乳	ごぼう、キャベツ、にんじん ねぎ、りんご たまねぎ、パセリ	塩、しょう油 出汁、ケチャップ ソース
12	土	ごはん 焼肉 白菜の和え物 味噌汁(もやし・麩) 清見オレンジ	スコーン 牛乳	米、油、さとう ごま油、片栗粉 ごま、麩 ホットケーキミックス イチゴジャム	豚こま肉 ツナフレーク みそ 豆乳 牛乳	ピーマン、たまねぎ しょうが、にんにく、はくさい にんじん、昆布、もやし 清見オレンジ	しょう油、みりん 出汁
13	日						
14	月	ごはん 皮なしシュウマイ 小松菜ともやしの中華和え 中華スープ(豆腐・玉ねぎ) 清見オレンジ	チーズいももち 牛乳	米、油、片栗粉 ごま油、さとう じゃがいも	豚ひき肉 鶏ひき肉、豆腐 豆乳 スキムミルク、チーズ 牛乳	たまねぎ、にんじん、しょうが こまつな、もやし 清見オレンジ	塩、しょう油 酢、中華だし ケチャップ

