



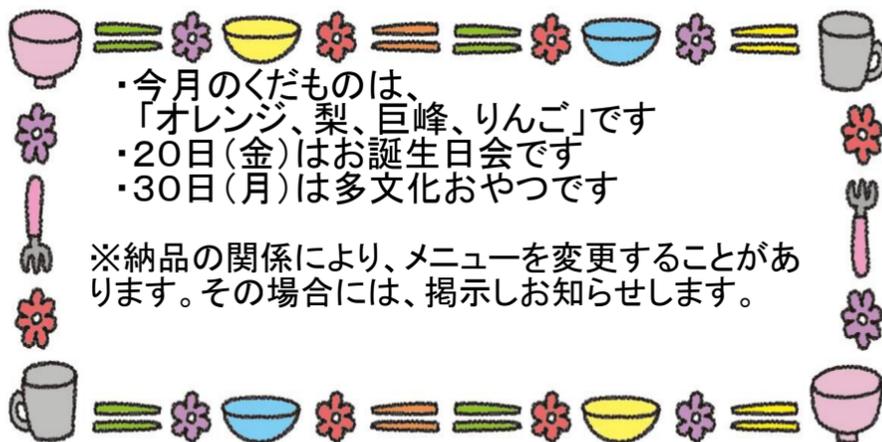
お知らせ

初めて取り入れる食材

- ・巨峰（20日） ・さんま（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、献立表にて使用される食材を必ず確認してください。

乳児の朝のおやつは
毎日牛乳です



・今月のくだものは、「オレンジ、梨、巨峰、りんご」です
・20日(金)はお誕生日会です
・30日(月)は多文化おやつです

※納品の関係により、メニューを変更することがあります。その場合には、掲示しお知らせします。

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	日						
2	月	ごはん 回鍋肉 もやしの三杯酢 清汁(えのき・わかめ) オレンジ	お麩のラスク 牛乳	米、さとう、油 片栗粉 麩、バター	豚小間肉 白味噌 きなこ 牛乳	キャベツ、赤ピーマン ねぎ、しょうが もやし、きゅうり、にんじん えのき、わかめ、オレンジ	料理酒、しょう油 酢、だし汁
3	火	わかめときのこのうどん 鮭のもみじ焼き ほうれん草の海苔和え 梨	コーンピラフ 牛乳	うどん エッグケアマヨネーズ 米、油	鶏小間肉 油揚げ 鮭 牛乳	わかめ、しめじ、えのき ねぎ、にんじん、ほうれん草 もやし、きざみのり 梨、玉ねぎ、コーン	だし汁、みりん しょう油、塩 コンソメ
4	水	ごはん 鶏肉のつくね焼き 大豆サラダ 味噌汁(なす・玉ねぎ) オレンジ	お好み焼き 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ 米粉	鶏ひき肉 大豆水煮、白味噌 花鰹 牛乳	ねぎ、きゅうり、コーン にんじん、なす、玉ねぎ キャベツ、あおのり オレンジ	塩、しょう油 中濃ソース
5	木	ごはん 豚肉のすき焼き風 切干大根のサラダ 味噌汁(油揚げ・ほうれん草) 梨	ホットドッグ 牛乳	米、さとう ごま油、ごま バターロール	豚小間肉 焼き豆腐 油揚げ ウインナー 白味噌、牛乳	玉ねぎ、しらたき にんじん、きゅうり 切干大根 ほうれん草、梨 キャベツ	しょう油、みりん だし汁、酢 ケチャップ
6	金	中華丼 大根サラダ わかめスープ オレンジ	餃子のプチピザ 牛乳	米、さとう、片栗粉 ごま油、ごま ぎょうざの皮	豚小間肉 ツナ缶 ピザ用チーズ 牛乳	玉ねぎ、にんじん、白菜 絹さや、だいこん、もやし きゅうり、わかめ、ねぎ オレンジ、コーン	中華味、酢 しょう油、塩 ケチャップ
7	土	ごはん 生揚げのカレー炒め きゅうりのおかか和え 味噌汁(麩・わかめ) オレンジ	きなこのホットケーキ 牛乳	米、油 麩 ホットケーキミックス 黒砂糖	厚揚げ、豚小間肉 花鰹 きなこ 牛乳	にんじん、玉ねぎ ピーマン、きゅうり にんじん、もやし わかめ、オレンジ	塩、カレー粉 しょう油、だし汁
8	日						
9	月	ポークカレーライス コールドスロー オレンジ	キャロットゼリー クラッカー 牛乳	米、油 じゃが芋、さとう 小麦粉 バター	豚小間肉 牛乳	にんじん、たまねぎ きゅうり、キャベツ、オレンジ オレンジジュース 粉寒天	酢、塩 カレー粉 コンソメ ケチャップ 中濃ソース
10	火	ごはん レバーの竜田揚げ 春雨の中華風炒め 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) 梨	ミートスパゲティ 牛乳	米、片栗粉、油 春雨、さとう ごま油、かぼちゃ スパゲティ	豚レバー 白味噌 豚ひき肉 牛乳	しょうが、玉ねぎ、にんじん しめじ、梨 パセリ	しょう油 だし汁 ケチャップ 中濃ソース
11	水	ロールパン 豆乳チキングラタン ひじきとツナのサラダ コンソメスープ オレンジ	きのこごはん 牛乳	バターロール 小麦粉、油、パン粉 エッグケアマヨネーズ 米、ごま	鶏小間肉、豆乳 パルメザンチーズ ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、パセリ ひじき、きゅうり、にんじん 小松菜、もやし オレンジ えのき、しめじ	塩、コンソメ しょう油
12	木	ごはん 鶏肉のごま照り焼き 五目煮豆 味噌汁(なめこ・大根) 梨	きなこポーロ 牛乳	米、さとう 小麦粉、黒ごま、油 ごま	鶏もも肉 大豆水煮、白味噌 豆乳、きなこ 牛乳	にんじん、こんにゃく いんげん、なめこ、大根 梨	しょう油、みりん だし汁 ベーキングパウダー
13	金	ごはん かじきの照り焼き さつま芋のごまサラダ 味噌汁(小松菜・豆腐) 梨	にゅうめん 牛乳	米、さとう 油、ごま エッグケアマヨネーズ そうめん さつまいも	まかじき 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 白味噌 牛乳	いんげん 小松菜、白ねぎ にんじん、梨	しょう油、みりん 料理酒、だし汁 塩
14	土	ごはん 鶏肉と大豆の旨煮 野菜スティック 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) オレンジ	ツナおにぎり 牛乳	米、さとう エッグケアマヨネーズ じゃが芋	鶏小間肉、大豆水煮 ツナ缶 牛乳	にんじん、いんげん きゅうり、玉ねぎ オレンジ	だし汁、料理酒 みりん、しょう油

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	日						
16	月	敬老の日					
17	火	ごはん 鶏肉の南蛮漬け キャベツの海苔炒め 味噌汁(里芋・油揚げ) オレンジ	カレーうどん 牛乳	米、さとう 油、里芋 うどん	鶏もも肉 油揚げ、白味噌 豚小間肉 牛乳	しょうが、きゅうり、トマト キャベツ、しめじ、きざみのり オレンジ、玉ねぎ	料理酒、しょう油 酢、みりん カレー粉、塩
18	水	ジャムサンド 豆腐のミートローフ ひじきサラダ ポテトスープ 梨	おはぎ 牛乳	食パン、油 さとう、じゃが芋 米、もち米 黒ごま りんごジャム	木綿豆腐、豚ひき肉 豆乳 きなこ 牛乳	玉ねぎ、ひじき、にんじん きゅうり、コーン、梨	ケチャップ 酢、しょう油、塩 コンソメ
19	木	ごはん 白身魚の味噌マヨネーズ焼き きんぴらごぼう 清汁(豆腐・わかめ) オレンジ	さつまいも蒸しパン 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ 油 ホットケーキミックス さとう、さつまいも	かれい、白味噌 豚小間肉、木綿豆腐 豆乳 牛乳	こんにゃく、ごぼう ピーマン、わかめ、オレンジ	塩、しょう油 みりん、料理酒 だし汁
20	金	炊き込みご飯 豚肉の南部揚げ 和風サラダ 味噌汁(大根・油揚げ) 巨峰	かぼちゃパイ 牛乳	米、小麦粉 黒ごま、油 ワンタンの皮 かぼちゃ さとう	豚モモ肉 油揚げ、白味噌 牛乳	にんじん、こんにゃく しめじ、もやし、わかめ きゅうり、コーン、大根 巨峰	しょう油、塩 料理酒 みりん 酢、だし汁
21	土	ごはん 高野豆腐と鶏肉の煮物 三色おひたし 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) オレンジ	ゼリー クラッカー 牛乳	米、さとう クラッカー	高野豆腐、鶏小間肉 花鰹、白味噌 牛乳	にんじん、大根、いんげん ほうれん草、もやし わかめ、たまねぎ、オレンジ ぶどうジュース、粉寒天	だし汁、しょう油
22	日						
23	月	勤労感謝の日					
24	火	ごはん 豆腐の落とし揚げ 春雨の和え物 清汁(えのき・小松菜) 梨	焼きそば 牛乳	米、油、片栗粉 春雨、さとう やきそば麺	木綿豆腐、豚ひき肉 豚小間肉 牛乳	ねぎ、にんじん、ひじき きゅうり、えのき、小松菜 梨、もやし、たまねぎ あおのり	しょう油、塩 酢、だし汁 中濃ソース
25	水	ロールパン 鶏肉のバーベキュー焼き ポテトサラダ もやしスープ オレンジ	さつまいもごはん 牛乳	バターロール 油、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 米、さつまいも 黒ごま	鶏もも肉 牛乳	にんじん、きゅうり キャベツ、もやし オレンジ	塩、ケチャップ 中濃ソース にんにく、しょうが コンソメ、料理酒
26	木	ごはん さんまの蒲焼風 かぼちゃのきんぴら 味噌汁(豆腐・オクラ) 梨	きつねうどん 牛乳	米、小麦粉、油 さとう、かぼちゃ うどん	さんま 絹ごし豆腐、白味噌 油揚げ 牛乳	にんじん、オクラ 梨、ねぎ	だし汁、しょう油 料理酒 塩
27	金	ドライカレー マカロニサラダ コンソメスープ りんご	黒糖トースト 牛乳	米、小麦粉、油 マカロニ エッグケアマヨネーズ 食パン、バター 黒砂糖	豚ひき肉 牛乳	玉ねぎ、にんじん 赤ピーマン、黄ピーマン なす、トマト缶、きゅうり もやし、コーン、パセリ りんご	カレー粉、塩 コンソメ
28	土	ごはん 焼肉 さつまいもの甘煮 味噌汁(切干大根・人参) 梨	マーメイド蒸しパン 牛乳	米、油、ごま油 片栗粉、さとう さつまいも ホットケーキミックス マーメイドジャム	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	ピーマン、もやし、玉ねぎ しょうが、切干大根 にんじん、梨	しょう油、みりん だし汁
29	日						
30	月	ごはん しょうが焼き 筑前煮 味噌汁(なめこ・豆腐) 巨峰	チェー(多文化おやつ) 牛乳	米、油 さとう	豚小間肉 ちくわ、絹ごし豆腐 白味噌 牛乳 あずき缶	玉ねぎ、にんじん、ピーマン しょうが、大根、こんにゃく しめじ、なめこ、巨峰 粉寒天、バナナ	しょう油、料理酒 だし汁