






今年度、初めて取り入れる食材

今月の新しい食材はありません。

●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、献立表にて使用される食材を必ず確認し、先にご家庭で試してみてください。

お知らせ

- ・今月のくたものは、「りんご、柿、オレンジ、みかん」です。
- ・12日(火)は多文化おやつです。
- ・22日(金)はお誕生日会です。

※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。



乳児の朝のおやつは
毎日牛乳です

| 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 | 金 | 豚すきやき丼 ひじきサラダ 味噌汁(里芋・しめじ) りんご | ツナ昆布おにぎり 牛乳 | 米、油 ごま、ごま油 里芋、さとう | 豚小間肉 焼き豆腐 味噌 ツナ缶 牛乳 | 玉ねぎ、しらたき ひじき、にんじん、コーン きゅうり、しめじ、りんご 昆布佃煮 | しょう油、みりん 酢、出汁 |
| 2 | 土 | ごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁(油揚げ・かぼちゃ) りんご | フライドポテト 牛乳 | 米、さとう かぼちゃ じゃが芋 油 | 鶏小間肉 油揚げ 味噌 牛乳 | たまねぎ、ピーマン キャベツ、にんじん りんご パセリ | しょう油、料理酒 出汁 塩 |
| 3 | 日 | 文化の日 | | | | | |
| 4 | 月 | 振替休日 | | | | | |
| 5 | 火 | 豚汁うどん かれのいのパン粉焼き わかめときゅうりの和え物 りんご | きなこトースト 牛乳 | うどん、油 里芋、さとう、ごま油 パン粉 エッグケアマヨネーズ 食パン、バター | 豚小間肉、木綿豆腐 味噌、かれい きなこ 牛乳 | にんじん、大根、ごぼう こんにゃく、ねぎ、小松菜 わかめ、きゅうり、もやし りんご | 出汁 酢、しょう油、塩 |
| 6 | 水 | ごはん 鶏肉の磯部焼き きんぴらごぼう 味噌汁(なめこ・豆腐) 柿 | きのこパスタ 牛乳 | 米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ さとう、スパゲティ | 鶏もも肉 絹ごし豆腐 味噌 牛乳 | 青のり、にんじん、こんにゃく ごぼう、ピーマン、なめこ 柿、たまねぎ マッシュルーム、しめじ | 塩、しょう油 みりん、料理酒 出汁、コンソメ |
| 7 | 木 | ごはん みそ豚 ブロッコリーのマヨネーズ添え 清汁(大根・えのき) オレンジ | 黒糖ボーロ 牛乳 | 米、油 エッグケアマヨネーズ 小麦粉、黒砂糖 ごま | 豚小間肉 豆乳 牛乳 | しょうが、キャベツ ブロッコリー、にんじん だいこん、えのき オレンジ | 料理酒、しょう油 塩、出汁 ベーキングパウダー |
| 8 | 金 | ロールパン ポテトグラタン サワークラフト コンソメスープ 柿 | お芋パーティー 牛乳 | バターロール、油 じゃが芋 小麦粉、さとう さつま芋 黒ごま | 豚ひき肉 ピザ用チーズ 牛乳 豆乳 | たまねぎ、パセリ キャベツ、にんじん、きゅうり コーン、もやし、柿 | ケチャップ 塩 酢、コンソメ 鶏がらスープ しょう油 |
| 9 | 土 | ごはん 肉豆腐 粉吹き芋 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) りんご | マーメイド蒸しパン 牛乳 | 米、油、さとう 片栗粉、じゃが芋 ホットケーキミックス マーメイドジャム | 木綿豆腐 豚挽き肉 豆乳 牛乳 | にんじん、玉ねぎ、パセリ わかめ、りんご | しょう油、塩 出汁 |
| 10 | 日 | | | | | | |
| 11 | 月 | ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き ミックスベジタブルソテー 味噌汁(白菜・油揚げ) りんご | 肉味噌うどん 牛乳 | 米、コーンフレーク エッグケアマヨネーズ じゃが芋 うどん、油 さとう | 鶏もも肉 油揚げ、味噌 豚ひき肉 牛乳 | いんげん、にんじん コーン、白菜、りんご ねぎ | 塩、コンソメ 出汁 みりん、しょう油 |
| 12 | 火 | ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き きゅうりとひじきの酢の物 清汁(ちくわ・ねぎ) みかん | サモサ(多文化おやつ) 牛乳 | 米、油 さとう、ごま 餃子の皮 じゃが芋 | 鮭、味噌 ツナ缶 ちくわ 牛乳、豚ひき肉 大豆水煮 | キャベツ、玉ねぎ きゅうり、ひじき わかめ、ねぎ みかん にんじん、グリーンピース | 塩、みりん しょう油、酢 出汁 カレー粉 |
| 13 | 水 | りんごジャムサンド 豆腐のミートローフ ほうれん草ときのこのソテー 豆乳スープ オレンジ | 五平餅 牛乳 | 食パン、りんごジャム パン粉、油 米、さとう ごま、片栗粉 | 木綿豆腐 豚ひき肉 豆乳 味噌 牛乳 | 玉ねぎ、ほうれん草 にんじん、しめじ コーン、オレンジ | ケチャップ、塩 コンソメ しょう油、みりん |
| 14 | 木 | ポークカレー しょう油フレンチ りんご | オレンジ寒天 クラッカー 牛乳 | 米、じゃが芋 小麦粉、油、バター さとう | 豚小間肉 牛乳 | にんじん、玉ねぎ キャベツ、きゅうり もやし、りんご オレンジジュース、寒天 | カレー粉、コンソメ ケチャップ 中濃ソース 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 | |

| | | | | | | | | |
|----|---|--|-----------------|--|---|---|--|--|
| 15 | 金 | ごはん れんこんハンバーグ きゅうりとちくわのサラダ 味噌汁(キャベツ・油揚げ) みかん | ラーメン 牛乳 | 米、パン粉、油 小麦粉、ごま エッグケアマヨネーズ 焼そば麺 | 木綿豆腐、豚ひき肉 ちくわ、油揚げ 味噌 豚小間肉 牛乳 | にんじん、ねぎ、れんこん きゅうり、キャベツ、みかん わかめ、コーン | しょう油、塩 出汁 鶏ガラスープ | |
| 16 | 土 | ごはん 炒り鶏 春雨サラダ 味噌汁(麩・わかめ) オレンジ | ホットケーキ 牛乳 | 米、さとう 春雨、ごま油 ホットケーキミックス 小町麩 | 鶏小間肉 味噌 豆乳 牛乳 | にんじん、こんにゃく ごぼう、きゅうり わかめ、オレンジ | しょう油、酢 出汁 メープルシロップ | |
| 17 | 日 | | | | | | | |
| 18 | 月 | あんかけうどん かじきのごま焼き れんこんサラダ りんご | ケチャップライス 牛乳 | うどん、片栗粉 小麦粉、ごま エッグケアマヨネーズ 米 | 豚小間肉、油揚げ まかじき ツナ缶 牛乳 鶏ささみ | にんじん、たまねぎ 白菜、小松菜 れんこん、にんじん ブロッコリー、りんご しょうが、ピーマン | 出汁、しょう油 塩 ケチャップ コンソメ | |
| 19 | 火 | ごはん レバーのカレー揚げ 小松菜の納豆和え 味噌汁(大根・油揚げ) みかん | コーンのおやき 牛乳 | 米、片栗粉 油 さとう、米粉 | 豚レバー 挽き割り納豆 しらす、油揚げ 味噌、ウィンナー 牛乳 | 小松菜、にんじん、大根 みかん、クリームコーン パセリ、しょうが | しょう油 酢、出汁 ケチャップ | |
| 20 | 水 | ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き ほうれん草の海苔和え 清汁(えのき・わかめ) りんご | じゃこねぎビーフン 牛乳 | 米 エッグケアマヨネーズ ビーフン ごま油、ごま | 鶏もも肉 味噌 ちりめん、花鰹 牛乳 | ほうれん草、もやし にんじん、きざみのり わかめ、えのき、りんご 小松菜、ねぎ | しょう油 塩、出汁 中華味 | |
| 21 | 木 | ロールパン ミートグラタン 粉吹き芋カレー味 コンソメスープ オレンジ | 野菜ピラフ 牛乳 | バターロール マカロニ、小麦粉 じゃが芋 油、米 | 豚ひき肉 ピザ用チーズ 牛乳 | 玉ねぎ、パセリ 小松菜、もやし、オレンジ にんじん、ピーマン | 塩、ケチャップ カレー粉、コンソメ | |
| 22 | 金 | ソースカツ丼 スパゲティサラダ けんちん汁 みかん | フルーツサンド 牛乳 | 米、小麦粉、パン粉 油、スパゲティ エッグケアマヨネーズ 食パン | 豚ロース 木綿豆腐 生クリーム 牛乳 | キャベツ、にんじん きゅうり、コーン 大根、ごぼう、みかん パイン缶、みかん缶 | 塩、ケチャップ 中濃ソース 出汁、しょう油 みりん | |
| 23 | 土 | 勤労感謝の日 | | | | | | |
| 24 | 日 | | | | | | | |
| 25 | 月 | ごはん 鶏肉のマーメイド焼き キャベツのおかか和え 味噌汁(切干大根・小松菜) みかん | ちんすこう 牛乳 | 米 マーメイドジャム 小麦粉、さとう、油 | 鶏もも肉 花鰹 味噌 牛乳 | キャベツ、にんじん 切干大根、小松菜 みかん | しょう油、料理酒 出汁 ベーキングパウダー | |
| 26 | 火 | いちごジャムサンド チリコンカン マカロニサラダ 豆乳スープ りんご | 塩焼きそば 牛乳 | 食パン、いちごジャム 油、片栗粉 マカロニ エッグケアマヨネーズ 焼そば麺 | 大豆水煮 豚ひき肉 豆乳 豚小間肉 牛乳 | にんじん、たまねぎ トマト缶、きゅうり クリームコーン、りんご もやし、青のり | ケチャップ ウスターソース カレー粉、コンソメ 塩、中華味 | |
| 27 | 水 | ごはん かれいのみそ焼き ひじき炒り煮 清汁(豆腐・ねぎ) オレンジ | 芋羊羹 牛乳 | 米 油、さとう さつま芋 | かれい、味噌 大豆水煮 油揚げ 絹ごし豆腐 牛乳 | ひじき、にんじん、こんにゃく ねぎ、オレンジ 寒天 | 料理酒、みりん 出汁、塩 | |
| 28 | 木 | チキンカレー わかめサラダ みかん | ピザトースト 牛乳 | 米、小麦粉 バター、じゃが芋 油、ごま油 ごま 食パン | 鶏小間肉 ピザ用チーズ 牛乳 | にんじん、たまねぎ わかめ、もやし、きゅうり みかん、ピーマン コーン | カレー粉、コンソメ ケチャップ 中濃ソース 塩 | |
| 29 | 金 | ごはん 生揚げのそぼろ煮 切干大根サラダ 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご | きな粉のパンケーキ 牛乳 | 米、さとう 油、片栗粉 ごま油、ごま じゃが芋、黒砂糖 ホットケーキミックス | 厚揚げ、鶏ひき肉 味噌 豆乳、きなこ 牛乳 | にんじん、たまねぎ 切干大根、きゅうり りんご | しょう油、出汁 酢 | |
| 30 | 土 | ごはん 肉じゃが ほうれん草のおかか和え 味噌汁(キャベツ・油揚げ) オレンジ | ゼリー、クラッカー 牛乳 | 米、じゃが芋 さとう、油 | 豚小間肉 花鰹 油揚げ、味噌 牛乳 | 玉ねぎ、にんじん しらたき、ほうれんそう コーン、キャベツ オレンジ ぶどうジュース、寒天 | しょう油、出汁 | |

