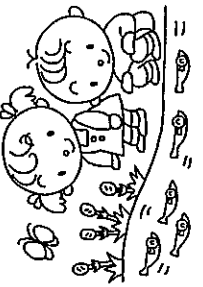


| 日  | 曜 | 昼食献立名                                      | 3時おやつ         | 材料(昼食と午後おやつ)  | 10時おやつ     |
|----|---|--|---------------|---|------------|
| 17 | 木 | ごはん<br>白身魚のてりやき<br>青菜のいため煮<br>みそ汁          | 沖繩風ドーナツ<br>牛乳 | 熱と力になるもの<br>米、じゃがいも、小麦粉、油、黒砂糖<br>材料(昼食と午後おやつ)<br>血や肉や骨になるもの<br>牛乳、鶏もも肉、白みそ、油揚げ、かつお節、バター | せんべい<br>牛乳 |
| 18 | 金 | スープ<br>フライドポテト<br>いちご<br>りんごサラダ            | ハムピラフ<br>牛乳   | 米、バター、パン、マヨネーズ、油、パン粉、小麦粉、砂糖<br>牛乳、鶏もも肉、ハム、かつお節、卵、ベーコン、バター                               | せんべい<br>牛乳 |
| 19 | 土 | ごはん<br>鶏肉のてりやき<br>わかめのサラダ<br>みそ汁           | ゼリー・おかし       | 胚芽米、油、はちみつ<br>鶏もも肉、絹ごし豆腐、白みそ、かつお節   | 牛乳<br>せんべい |
| 20 | 日 |  |               |   |            |
| 21 | 月 |  |               |   |            |
| 22 | 火 | ごはん<br>豚肉のしょうがやき<br>マカロニサラダ<br>みそ汁         | 大学いも<br>牛乳    | 米、さつまいも、油、マカロニ、砂糖<br>牛乳、豚肉、油揚げ、マヨネーズ  | せんべい<br>牛乳 |
| 23 | 水 | クリームシチュー<br>ツナサラダ<br>清見オレンジ                | たきごみごはん<br>牛乳 | ロールパン、じゃがいも、米、油<br>牛乳、鶏もも肉、ツナ、水煮缶、油揚げ   | せんべい<br>牛乳 |
| 24 | 木 | ごはん<br>鮭のマヨネーズやき<br>ごまにまめ<br>みそ汁           | やきそば<br>牛乳    | 米、焼きそばめん、マヨネーズ、砂糖、油<br>牛乳、さけ、だし汁、煮干し、油揚げ、白みそ、油揚げ、豚肉(もも)、かつお節                            | せんべい<br>牛乳 |
| 25 | 金 | グリーンピースごはん<br>鶏肉マーマレード焼き<br>ごもくきんびら<br>みそ汁 | 野菜ピラフ<br>牛乳   | 米、豚こんにやく、油、砂糖<br>牛乳、鶏もも肉、絹ごし豆腐、豚肉(ロース)、白みそ、バター、かつお節                                     | せんべい<br>牛乳 |
| 26 | 土 | ごはん<br>じゃがいもカレー煮<br>ほうれん草おおかあえ<br>みそ汁      | ゼリー・おかし       | 胚芽米、じゃがいも、砂糖<br>牛乳、鶏もも肉、白みそ、かつお節  | せんべい<br>牛乳 |
| 27 | 日 |  |               |   |            |
| 28 | 月 | ごはん<br>鶏肉のさつぱり焼き<br>コーンといんげんのソテー<br>みそ汁    | 牛乳<br>フルーツサンド | 米、食パン、砂糖<br>牛乳、鶏もも肉、生クリーム、白みそ、油揚げ、ベーコン、かつお節   | せんべい<br>牛乳 |
| 29 | 火 | ごはん<br>カレー<br>フレッシュサラダ<br>いちご              | ミルク蒸しパン<br>牛乳 | じゃがいも、米、小麦粉、砂糖、油<br>牛乳、豚肉(もも)、豆腐あん、卵、バター、脱脂粉乳   | せんべい<br>牛乳 |
| 30 | 水 | ごはん<br>タンローチキン<br>春雨の中華いため<br>みそ汁          | 牛乳<br>マカロニきなこ | 米、マカロニ、砂糖、はるさめ、油、ごま油<br>牛乳、鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、白みそ、油揚げ、きな粉、脱脂粉乳、かつお節                         | せんべい<br>牛乳 |
| 31 | 木 | すきやき丼<br>キャベツの梅サラダ<br>みそ汁<br>清見オレンジ        | 牛乳<br>チーズトースト | 食パン、しらたき、砂糖、油、焼酎、胚芽米<br>牛乳、豚肉(ばら)、焼き豆腐、ピザ用チーズ、白みそ、なると、かつお節                              | せんべい<br>牛乳 |



☆午前おやつは乳児のみです。  
 ☆都合により変更することもあります。  
 ☆お誕生日会は3日、お別れ会は18日です。  
 ☆麦茶が出ています。

| 日  | 曜 | 昼食献立名                                    | 3時おやつ           | 材料(昼食と午後おやつ)  | 10時おやつ     |
|----|---|--|-----------------|---|------------|
| 1  | 火 | ごはん<br>鶏肉からあげ<br>シルバースラダ<br>みそ汁          | シュガートースト<br>牛乳  | 熱と力になるもの<br>米、食パン、マヨネーズ、片栗粉、マヨネーズ、油、砂糖、はるさめ<br>材料(昼食と午後おやつ)<br>血や肉や骨になるもの<br>牛乳、鶏もも肉、白みそ、油揚げ、かつお節                             | せんべい<br>牛乳 |
| 2  | 水 | きつねうどん<br>きゅうりの中華あえ<br>清見オレンジ            | さくらもち<br>牛乳     | 干しうどん、薄明寺粉、砂糖、ごま油<br>牛乳、つばあん、油揚げ、鶏もも肉、ハム、かつお節、ごま  | せんべい<br>牛乳 |
| 3  | 木 | ちらしずし<br>白身魚の新しいきあげ<br>スパゲティサラダ<br>すまし汁  | 黒ごまアップケーキ<br>牛乳 | 米、ホトトギスキ粉、生卵、スバゲティ、さつまいも、片栗粉、油、砂糖、板こんにゃく<br>牛乳、かつお節、絹ごし豆腐、鶏もも肉、白みそ、だし汁、いちご、にんじん、なばな、きゅうり、れんこん、生豆、油揚げ、豆腐、ゆであずき、きな粉、さやえんどう、糸みつば | せんべい<br>牛乳 |
| 4  | 金 | ごはん<br>麻婆豆腐<br>わかめの酢の物<br>春野菜の豚汁         | 鶏おこわ<br>牛乳      | 米、もち米、じゃがいも、片栗粉、ごま油、砂糖<br>牛乳、鶏もも肉、豚肉、白みそ、かつお節、マヨネーズ、砂糖  | 牛乳<br>せんべい |
| 5  | 土 | ごはん<br>肉じゃが<br>はるさめサラダ<br>みそ汁            | ゼリー・おかし         | 米、じゃがいも、はるさめ、油、砂糖<br>豚肉、白みそ、かつお節  | せんべい<br>牛乳 |
| 6  | 日 |  |                 |   |            |
| 7  | 月 | ごはん<br>蛙のかわり焼き<br>マゼドアンサラダ<br>みそ汁        | カレーうどん<br>牛乳    | 米、じゃがいも、干しとうもろこし、マヨネーズ、砂糖<br>牛乳、さけ、豚肉(ばら)、白みそ、油揚げ、かつお節  | せんべい<br>牛乳 |
| 8  | 火 | 豚豚<br>はるさめの酢の物<br>みそ汁                    | バナナケーキ<br>牛乳    | 米、小麦粉、砂糖、はるさめ、片栗粉<br>牛乳、鶏もも肉、絹ごし豆腐、卵、生クリーム、白みそ、バター、脱脂粉乳、かつお節  | せんべい<br>牛乳 |
| 9  | 水 | ごはん<br>ハンバーグ<br>切干大根のナムル<br>みそ汁          | おしろこ<br>牛乳      | 米、さつまいも、砂糖、パン粉、油、ごま油<br>豚ひき肉、あずき(乾)、卵、白みそ、油揚げ、かにかまぼこ、ごま、かつお節  | せんべい<br>牛乳 |
| 10 | 木 | ごはん<br>鶏肉の梅みそやき<br>ひじきのごまあえ<br>みそ汁       | マロヤ<br>牛乳       | 米、小麦粉、砂糖<br>牛乳、鶏もも肉、絹ごし豆腐、白みそ、油揚げ、ごま、かつお節   | せんべい<br>牛乳 |
| 11 | 金 | ごはん<br>ヒレカツ<br>ほうれん草の酢みそあえ<br>すまし汁       | ヨーグルト・おかし       | 米、油、パン粉、小麦粉、砂糖<br>ヨーグルト(加糖)、豚肉(ヒレ)、ハム、卵、白みそ、凍り豆腐、かつお節   | せんべい<br>牛乳 |
| 12 | 土 | ごはん<br>やましく<br>ナムル<br>みそ汁                | ゼリー・おかし         | 胚芽米、ごま油、油、砂糖、片栗粉<br>豚肉(ロース)、白みそ、かつお節、ごま   | せんべい<br>牛乳 |
| 13 | 日 |  |                 |   |            |
| 14 | 月 | さくらごはん<br>ポープレーンズ<br>キャベツとさきみのサラダ<br>みそ汁 | ペイコドポテト<br>牛乳   | じゃがいも、胚芽米、油<br>牛乳、豚肉(ロース)、だし汁、水煮豆腐、バナナ、鶏ささ身、白みそ、かつお節  | せんべい<br>牛乳 |
| 15 | 火 | ごはん<br>かじきのごまみそやき<br>鶏肉のぼん酢あえ<br>豆乳スープ   | いなりずし<br>牛乳     | 牛乳、かじき、鶏むね肉、鶏製豆腐、油揚げ、ベーコン、ごま、白みそ<br>牛乳、鶏もも肉、卵、絹ごし豆腐、焼きわす、絹豆、バター、干ししいたけ、にんじん、こんにぶ(だし用)、カットわかめ                                  | せんべい<br>牛乳 |
| 16 | 水 | ごはん<br>鶏肉のみそやき<br>小松菜の納豆あえ<br>すまし汁       | ココアケーキ<br>牛乳    | 米、小麦粉、砂糖、ごま油<br>牛乳、鶏もも肉、卵、絹ごし豆腐、焼きわす、絹豆、バター、干ししいたけ、にんじん、こんにぶ(だし用)、カットわかめ  | せんべい<br>牛乳 |