

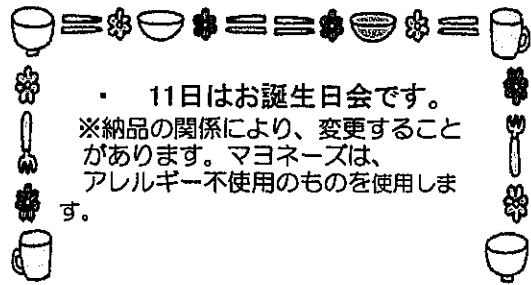
初めて取り入れる食材

・さんま



●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

●13日(金)まで、申し出がない場合は、献立通りの提供になります



・ 11日はお誕生日会です。  
※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	屋食献立名	3時おやつ	材料			朝のおやつ
				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 漬汁(えのき・わかめ) オレンジ	ラスク 牛乳	米、さとう、油 片栗粉 食パン	鶏小間肉 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	牛乳 ルヴァン
3	火	わかめときのこのうどん 大豆サラダ 梨	マーマレードむしばん 牛乳	うどん、小麦粉 エッグケアマヨネーズ 米、油、マーマレード	鶏小間肉 油揚げ 大豆水煮 牛乳	わかめ、しめじ、えのき ねぎ、大豆水煮、きゅうり コーン、梨 玉ねぎ、コーン	牛乳 星食べよ
4	水	ごはん 鮭のみもじ焼き ほうれん草の海苔和え 味噌汁(なす・玉ねぎ) オレンジ	チーズおかかおにぎり 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ チーズ	鮭 白味噌 花鰹 牛乳	にんじん、ほうれん草 もやし、なす、玉ねぎ きざみ海苔、 キャベツ、青のり	牛乳 クラシカル
5	木	食パン じゃが芋のカントリー煮 キャベツのツナ和え 豆乳コンソメスープ 梨	ふりかけおにぎり 牛乳	食パン、じゃが芋 油、さとう、米 ごま油、ごま	豚小間肉、 ツナ缶、豆乳 ちりめん 牛乳	にんじん、玉ねぎ キャベツ、いんげん、にんじん クリームコーン、パセリ 梨、あおさ	牛乳 ルヴァン
6	金	ごはん 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	ごはん 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	牛乳 アンパンマンせんべい
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 黄な粉 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	牛乳 クラシカル
8	日						
9	月	カレーライス コールスロー 梨	キャロットゼリー 牛乳	米、カレールー じゃが芋、さとう	鶏小間肉 牛乳	にんじん、たまねぎ きゅうり、キャベツ、梨 オレンジジュース 寒天	牛乳 ルヴァン
10	火	ごはん 白身魚の味噌マヨネーズ焼き きんぴらごぼう 漬汁(豆腐・わかめ) 梨	さつま芋蒸しパン 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ 油、さとう ホットケーキミックス さとう、さつま芋	白身魚、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、梨	牛乳 星食べよ
11	水	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	鈴カステラ 牛乳	米、小麦粉 黒ごま、油 ホットケーキミックス 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	牛乳 クラシカル
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	ホットドッグ 牛乳	米、さとう 小麦粉、黒ごま、油 コッペパン	鶏もも肉、 大豆水煮、白味噌 ウインナー 牛乳	にんじん、こんにゃく いんげん、なめこ、大根 キャベツ	牛乳 ルヴァン
13	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	牛乳 アンパンマンせんべい
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	牛乳 クラシカル

日	曜	屋食献立名	3時おやつ	材料			朝のおやつ
				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) 巨峰	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 巨峰、玉ねぎ	牛乳 星食べよ
18	水	食パン 豆腐のミートローフ ひじきサラダ ポテトスープ 梨	中華おこわ 牛乳	食パン、油 さとう、じゃが芋 米、もち米 ごま	木綿豆腐、豚ひき肉 豆乳 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、ひじき、にんじん きゅうり、コーン、梨 干しいたけ	牛乳 クラシカル
19	木	ごはん 鮭のカレームニエル 春雨の中華風炒め 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) オレンジ	ミートスパゲティ 牛乳	米、小麦粉、油 春雨、さとう ごま油、かぼちゃ スパゲティ	鮭 白味噌 豚ひき肉 牛乳	たまねぎ、にんじん しめじ、オレンジ パセリ	牛乳 ルヴァン
20	金	五目うどん さつま芋サラダ 梨	おはぎ 牛乳	うどん さつま芋 エッグケアマヨネーズ ごま、黒ごま、さとう	鶏小間肉 油揚げ 黄な粉 牛乳	にんじん、ねぎ、ほうれん草 いんげん、梨	牛乳 アンパンマンせんべい
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	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	牛乳 クラシカル
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 漬汁(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 青のり	牛乳 星食べよ
25	水	ごはん 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	さつま芋ごはん 牛乳	油、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 米、さつま芋 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	牛乳 クラシカル
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	牛乳 ルヴァン
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	ジャムトースト 牛乳	米、小麦粉、油 マカロニ エッグケアマヨネーズ 食パン いちごジャム	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	牛乳 アンパンマンせんべい
28	土	運動会					
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	黄な粉ボーロ 牛乳	米、油 小麦粉 さとう、ごま	豚小間肉 ちくわ、絹ごし豆腐 白味噌 豆乳、 牛乳	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	牛乳 ルヴァン

