



・24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。マヨネーズウィナーはアレルギー不使用のものを使用します。

今年度、初めて取り入れる食材

・ぶり(31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、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			午前おやつ
				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	日						
3	日						
4	土	ツナカレー シルバーサラダ オレンジ	わかめおにぎり 牛乳	米、じゃが芋 ごま油、春雨 エッグケアマヨネーズ カレールウ	ツナ缶 白味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん、絹さや きゅうり、コーン わかめ、オレンジ	牛乳 クラシカル
5	日						
6	月	ごはん 鶏肉の塩焼 切干大根煮 味噌汁(豆腐・えのき) オレンジ	はちみつ きなこ蒸しパン 牛乳	米、油 さとう ホットケーキミックス はちみつ	鶏もも肉 油揚げ、白味噌 絹ごし豆腐 豆乳、きなこ 牛乳	切干大根、にんじん えのきたけ、オレンジ	牛乳 ルヴァン
7	火	食パン ミートローフ ブロッコリーサラダ コーンスープ りんご	雑炊(七草粥) 牛乳	食パン、油 パン粉、ごま 米	木綿豆腐、豚ひき肉 豆乳 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、ブロッコリー にんじん、もやし クリームコーン、パセリ、りんご かぶ、大根、ねぎ、小松菜	牛乳 星食べよ
8	水	ごはん かれいの煮付け 小松菜の納豆和え のっぺい汁 オレンジ	手作りポテトチップス 牛乳	米、さとう、じゃがいも ごま油、里芋、片栗粉 油	かれい、 しらす、挽き割り納豆 牛乳	小松菜、にんじん 大根、にんじん、ねぎ オレンジ	牛乳 クラシカル
9	木	味噌煮込みうどん ひじきの胡麻和え りんご	チーズおなか おにぎり 牛乳	うどん ごま、さとう 米	豚小間肉、白味噌 花巻 プロセスチーズ 牛乳	にんじん、玉ねぎ 小松菜、もやし ひじき、きゅうり、りんご	牛乳 ルヴァン
10	金	ポークカレー 大豆サラダ みかん	おしるこ 牛乳	米、じゃが芋 カレールウ さとう、さつまいも	豚小間肉 大豆水煮、ツナ缶 小豆 牛乳	にんじん、玉ねぎ キャベツ、きゅうり みかん	牛乳 アンパンマンせんべい
11	土	ごはん 高野豆腐と鶏肉の煮物 キャベツのおかか和え 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	うどんかりんどう 牛乳	米、さとう ごま、じゃが芋 うどん、粉糖 油	高野豆腐、鶏小間肉 白味噌 牛乳	にんじん、大根 いんげん、キャベツ もやし、玉ねぎ りんご	牛乳 クラシカル
12	日						
13	月						
14	火	ごはん シュウマイ 白菜とリンゴのサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) みかん	トック 牛乳	米、油 片栗粉 トック さとう	豚ひき肉 絹ごし豆腐 白味噌、豚バラ 牛乳	玉ねぎ、グリーンピース 白菜、にんじん、きゅうり りんご、なめこ、みかん	牛乳 星食べよ
15	水	食パン ツナグラタン サワークラフト ミネストローネ オレンジ	鮭チャーハン 牛乳	食パン、油 マカロニ 油、小麦粉、パン粉 さとう、じゃが芋 米、ごま、ごま油	ツナ缶、豆乳 パルメザンチーズ ウィンナー 鮭、ちりめん 牛乳	玉ねぎ、パセリ キャベツ、にんじん、きゅうり トマト缶、オレンジ ねぎ	牛乳 クラシカル
16	木	ごはん 鶏肉の味噌胡麻焼き かぼちゃあんかけ 清汁(ちくわ・ねぎ) りんご	ナポリタン 牛乳	米、さとう ごま、油 かぼちゃ スパゲティ	鶏もも肉、白味噌 ちくわ 豚ひき肉 牛乳	にんじん、ねぎ りんご 玉ねぎ、パセリ	牛乳 ルヴァン

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			午前おやつ
				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	
17	金	高野豆腐のドライカレー フレンチサラダ ポテトスープ みかん	じゃこトースト 牛乳	米、小麦粉 油、じゃがいも 食パン エッグケアマヨネーズ	高野豆腐、豚ひき肉 ちりめん 牛乳	しょうが、にんにく 玉ねぎ、ピーマン トマト缶、キャベツ、きゅうり にんじん、りんご 青のり	牛乳 アンパンマンせんべい
18	土	ごはん 豚大根 春雨サラダ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) オレンジ	マーメイド 蒸しパン 牛乳	米、さとう 春雨、ごま、ごま油 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	大根、にんじん しょうが、きゅうり 玉ねぎ、わかめ オレンジ	牛乳 クラシカル
19	日						
20	月	ごはん かじきの変わりマヨネーズ焼き きんぴらごぼう 味噌汁(えのき・白菜) オレンジ	マドレーヌ(レモン) 牛乳	米、小麦粉 エッグケアマヨネーズ 油、	かじき パルメザンチーズ 白味噌 豚小間肉 牛乳	ほうれん草、わかめ 玉ねぎ、にんじん、こんにやく ごぼう、えのき、白菜 オレンジ	牛乳 ルヴァン
21	火	ごはん 鶏肉のバーベキューソース焼き 野菜スティック 豆乳スープ りんご	中華おこわ 牛乳	油、さとう エッグケアマヨネーズ 米、もち米 ごま	鶏もも肉 豆乳 豚小間肉 牛乳	にんじん、きゅうり クリームコーン、りんご たけのこ、干しいたけ	牛乳 星食べよ
22	水	ごはん 豚肉と厚揚げの煮物 ひじきサラダ 味噌汁(切干・小松菜) オレンジ	揚げパン 牛乳	米、油、さとう ごま油、コッペパン パン粉 小麦粉	豚小間肉、厚揚げ 白味噌 牛乳	大根、にんじん ひじき、きゅうり、コーン 切干大根、小松菜 オレンジ	牛乳 クラシカル
23	木	ごはん 松風焼き マカロニサラダ 清汁(麩・わかめ) りんご	フルーツきんとん 牛乳	米、パン粉、さとう 油、マカロニ エッグケアマヨネーズ 麩、さつまい	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌 牛乳 牛乳	にんじん、ねぎ 青のり、きゅうり わかめ、みかん りんご	牛乳 ルヴァン
24	金	ひじきと鶏肉のまぜごはん 鯖のカレー揚げ ほうれん草のごま和え 味噌汁(里芋・玉ねぎ・にんじん) みかん	パフェ 牛乳	米、片栗粉、油 ごま、里芋 さとう、強力粉 薄力粉	鯖 白味噌 豆乳生クリーム 豆乳 牛乳	ほうれん草、にんじん もやし、玉ねぎ みかん いちご、みかん缶	牛乳 アンパンマンせんべい
25	土	ごはん 豆腐チャンプルー かぼちゃの含め煮 味噌汁 りんご	ゼリー、おかし 牛乳	米、ごま油 かぼちゃ さとう	木綿豆腐、 豚小間肉 油揚げ、白味噌 牛乳	にんじん、もやし、にら 白菜、りんご ぶどうジュース、寒天	牛乳 クラシカル
26	日						
27	月	ごはん 豆腐のミートグラタン 粉吹芋カレー風味 ベーコンと白菜のクリームスープ オレンジ	ふりかけおにぎり 牛乳	油、小麦粉 じゃが芋 米、ごま	焼き豆腐、豚ひき肉 ピザ用チーズ ベーコン、牛乳 鰹節、ちりめん 牛乳	玉ねぎ、パセリ 白菜、コーン オレンジ 青のり	牛乳 ルヴァン
28	火	ごはん れんこんのつくね焼き ツナピーマン炒め わかめスープ りんご	米粉ドーナツ 牛乳	米、さとう パン粉、油 米粉	鶏ひき肉 白味噌 ツナ缶 絹ごし豆腐、豆乳 牛乳	れんこん、ねぎ、もやし ピーマン、コーン わかめ、ねぎ、りんご	牛乳 星食べよ
29	水	あんかけうどん ちくわときゅうりのサラダ オレンジ	コーンピラフ 牛乳	うどん、片栗粉 エッグケアマヨネーズ ごま、米	豚小間肉 ちくわ 牛乳	にんじん、白菜、しめじ ねぎ、きゅうり オレンジ、たまねぎ コーン	牛乳 クラシカル
30	木	鶏のきじ焼 もやしのナムル 味噌汁(大根・大根菜) りんご	シュガートースト 牛乳	米、さとう ごま油 食パン、バター	鶏小間肉 白味噌 牛乳	刻みのり、もやし きゅうり、にんじん、大根 りんご、ねぎ、干しいたけ 水菜、白菜	牛乳 ルヴァン
31	金	ごはん ぶりの照り焼き 切干大根のマヨ和え 味噌汁(かぼちゃ・油揚げ) みかん	焼そば 牛乳	米、さとう 油、ごま エッグケアマヨネーズ かぼちゃ やきそば類	ぶり、ツナ缶 油揚げ、白味噌 豚小間肉 牛乳	切干大根、にんじん きゅうり、みかん もやし、玉ねぎ 青のり	牛乳 アンパンマンせんべい

