



【今年度、初めて出る食材】

・ぶり (29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
- 申し出がない場合は、献立通りの提供になります

・22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、ウィンナーはアレルギー不使用のものを使用します。

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	
4	月	ツナカレー シルバーサラダ オレンジ	マーメイド蒸しパン 牛乳	米、じゃが芋、油 カレールウ、春雨 エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス はちみつ、さとう	ツナ缶 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ、きゅうり コーン、オレンジ	牛乳 ルヴァン
5	火	ごはん 鶏肉の塩麴焼き ひじきの炒り煮 味噌汁(大根・人参) りんご	ジャムトースト 牛乳	米、油、さとう 食パン、いちごジャム	鶏もも肉 大豆水煮、油揚げ 白味噌 牛乳	ひじき、にんじん、こんにゃく 大根、りんご	牛乳 星食べよ
6	水	味噌煮込みうどん キャベツのごま和え オレンジ	チーズおかかおにぎり 牛乳	うどん、ごま さとう、米	豚小間肉、味噌 プロセスチーズ 花鰹 牛乳	にんじん、玉ねぎ、小松菜 キャベツ、もやし、オレンジ	牛乳 クラシカル
7	木	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(七草粥風) 牛乳	食パン、片栗粉 油、ごま 米	豚ひき肉 豆乳 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ブロッコリー 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 ルヴァン
8	金	ごはん 魚のパン粉焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(豆腐・えのき) みかん	おしるこ風(鏡開き) 牛乳	米、油、パン粉 エッグケアマヨネーズ ごま油、さとう さつま芋	赤魚 ひき割り納豆 しらす、絹ごし豆腐 白味噌、あずき 牛乳	小松菜、にんじん、えのき みかん	牛乳 アンパンマンせんべい
9	土	ごはん 厚揚げと豚肉の煮物 マカロニサラダ 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) オレンジ	うどんかりんとう 牛乳	米、油、さとう ごま油、マカロニ エッグケアマヨネーズ じゃが芋 ゆでうどん、黒糖	豚小間肉、厚揚げ 白味噌 牛乳	大根、にんじん、きゅうり 玉ねぎ、オレンジ	牛乳 クラシカル
10	日						
11	月	成人の日					
12	火	ごはん ツナグラタン サワークラフト ミネストローネ りんご	鮭チャーハン 牛乳	マカロニ、油、小麦粉 パン粉、さとう じゃが芋、米 ごま油、ごま	ツナ缶、豆乳 パルメザンチーズ ウィンナー、 鮭フレーク、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、りんご ねぎ	牛乳 星食べよ
13	水	ごはん 鯖のみりん焼き 白菜とりんごのサラダ 豆乳味噌スープ オレンジ	ピザ 牛乳	米、小麦粉、油 さとう、	鯖、ピザ用チーズ 豆乳、白味噌 豚ひき肉 牛乳	パセリ、白菜、にんじん きゅうり、りんご、キャベツ 玉ねぎ、オレンジ	牛乳 クラシカル
14	木	ごはん シュウマイ かぼちゃのきんぴら 味噌汁(なめこ・豆腐) りんご	ナポリタン 牛乳	米、油、片栗粉 かぼちゃ、さとう スパゲティ	豚ひき肉 木綿豆腐、白味噌 牛乳	玉ねぎ、しょうが、グリーンピース にんじん、なめこ、りんご	牛乳 ルヴァン
15	金	ごはん 松風焼き 筑前煮 清汁(わかめ・ネギ) みかん	フルーツきんとん 牛乳	米、油、パン粉、 さとう、さつま芋	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌、ちくわ 牛乳	ねぎ、にんじん、青のり 大根、もやし、きゅうり わかめ、みかん みかん	牛乳 アンパンマンせんべい
16	土	ごはん 肉じゃが 春雨サラダ 味噌汁(もやし・厚揚げ) オレンジ	はちみつ黄な粉蒸しパン 牛乳	米、じゃが芋 さとう、油、春雨 ごま油、ごま ホットケーキミックス マーメイドジャム	豚小間肉 油揚げ、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、もやし、オレンジ	牛乳 クラシカル
17	日						

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	
18	月	ごはん 豚大根 大豆サラダ 味噌汁(豆腐・小松菜) オレンジ	ポテトフライ 牛乳	米、さとう、じゃが芋 パン粉、小麦粉 油	豚小間肉 ツナ缶、大豆水煮 木綿豆腐、白味噌 牛乳	大根、にんじん、しょうが きゅうり、キャベツ、小松菜 オレンジ	牛乳 ルヴァン
19	火	食パン 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	食パン、さとう、油 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
20	水	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	らーめん 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ さとう、中華麺 片栗粉	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、たまねぎ にんじん、こんにゃく、ごぼう えのき、白菜、オレンジ にら、キャベツ	牛乳 クラシカル
21	木	ピピンパ丼 さつま芋のレモン煮 味噌汁(大根・厚揚げ) りんご	じゃこトースト 牛乳	米、油、さとう ごま、さつま芋 食パン エッグケアマヨネーズ	豚ひき肉 厚揚げ、白味噌 ちりめん 牛乳	しょうが、にんじん、ほうれん草 もやし、大根、りんご 青のり	牛乳 ルヴァン
22	金	ごはん キャベツのメンチカツ風 ひじきサラダ 和風コーンスープ みかん	りんごケーキ 牛乳	米、パン粉、小麦粉 油、さとう、ごま ホットケーキミックス バター、りんごジャム	豚ひき肉 豆乳 牛乳	キャベツ、にんじん、玉ねぎ ひじき、きゅうり、クリームコーン パセリ、みかん りんご	牛乳 アンパンマンせんべい
23	土	ごはん 豆腐チャンプルー かぼちゃの含め煮 味噌汁(白菜・油揚げ) オレンジ	ゼリー、おかし 牛乳	米、ごま油 かぼちゃ	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、 オレンジ	牛乳 クラシカル
24	日						
25	月	ごはん 豆腐のミートグラタン 粉吹き芋 ウィンナー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、片栗粉 米、ごま	焼き豆腐、豚ひき肉 ピザ用チーズ ウィンナー、豆乳 花鰹、ちりめん 牛乳	玉ねぎ、パセリ 白菜、にんじん オレンジ、青のり	牛乳 ルヴァン
26	火	ごはん ひじき入りハンバーグ ツナピーマン炒め わかめスープ りんご	さつま芋フライ 牛乳	米、上新粉 油、さつま芋 さとう	高野豆腐、豚ひき肉 豆乳、ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、ひじき、 もやし、ピーマン、コーン わかめ、ねぎ、りんご	牛乳 星食べよ
27	水	鶏ねぎうどん ちくわときゅうりのサラダ ぼんかん	コーンピラフ 牛乳	うどん、片栗粉 ごま エッグケアマヨネーズ 米、油	豚小間肉 ちくわ 牛乳	にんじん、白菜、しめじ きゅうり、ぼんかん 玉ねぎ、コーン	牛乳 クラシカル
28	木	高野豆腐のドライカレー もやしのナムル ポテトスープ りんご	ホットケーキ 牛乳	米、油、小麦粉 ごま油、さとう じゃが芋、ホットケーキミックス	高野豆腐、豚ひき肉 豚バラ肉 牛乳	しょうが、にんにく、玉ねぎ ピーマン、トマト缶 もやし、きゅうり、にんじん パセリ、りんご、ねぎ 干しいたけ、水菜、白菜	牛乳 ルヴァン
29	金	ごはん ぶりの照り焼き 切干しのマヨネーズ和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) みかん	焼そば 牛乳	米、さとう、油 エッグケアマヨネーズ ごま、かぼちゃ やきそば麺	ぶり、ツナ缶 白味噌 豚小間肉 牛乳	切干大根、にんじん きゅうり、玉ねぎ みかん、もやし、青のり	牛乳 アンパンマンせんべい
30	土	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き ほうれん草のおかか和え 清汁(里芋・玉ねぎ) オレンジ	ツナおにぎり 牛乳	米、油、さとう ごま、里芋	鶏もも肉 白味噌 花鰹 ツナ缶 牛乳	ほうれん草、コーン 玉ねぎ、オレンジ にんじん	牛乳 クラシカル
31	日						

