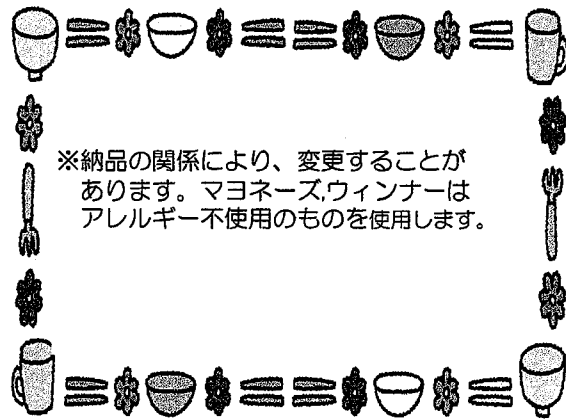




【今年度、初めて出る食材】

- 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



※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	
1	木	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ほうれん草のツナ和え 味噌汁(えのき・豆腐) りんご	にゅうめん 牛乳	米、油、ごま、さとう そうめん	豚小間肉 ツナ缶 木綿豆腐、白味噌 鶏ひき肉 牛乳	玉ねぎ、ほうれん草、にんじん えのき、りんご ねぎ	牛乳 ルヴァン
	金	肉味噌丼 マカロニサラダ スープ(キャベツ・もやし) オレンジ	みかんゼリー せんべい 牛乳	米、油、片栗粉 さとう、マカロニ エッグケアマヨネーズ	豚ひき肉 白味噌 牛乳	にんじん、しめじ、たまねぎ ピーマン、きゅうり、コーン キャベツ、もやし、オレンジ みかん缶、オレンジジュース	牛乳 アンパンマンせんべい
3	土	ごはん 焼肉 じゃが芋の磯和え 味噌汁(切干・小松菜) オレンジ	マーメイド蒸しパン 牛乳	米、油、さとう ごま油、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	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	ピーマン、赤ピーマン 玉ねぎ、しょうが、にんにく 青のり、切干大根、小松菜 オレンジ	牛乳 クラシカル
4	日						
5	月	肉うどん 大豆サラダ オレンジ	ふりかけごはん 牛乳	うどん エッグケアマヨネーズ 米、ごま油、ごま	豚小間肉 大豆水煮 ツナ缶 ちりめん、花鰹 牛乳	にんじん、ほうれん草 しめじ、ねぎ、きゅうり キャベツ、コーン、オレンジ 青のり	牛乳 ルヴァン
6	火	ごはん 鮭の味噌焼き きんぴらごぼう 漬汁(わかめ・えのき) りんご	ミートソーススパゲティ 牛乳	米、さとう 油、ごま スパゲティ	鮭、白味噌 豚ひき肉 牛乳	にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、わかめ、えのき りんご、玉ねぎ、パセリ	牛乳 星食べよ
7	水	食パン 鶏肉のトマト煮 ナムル コンソメスープ(白菜・人参) オレンジ	まぜごはん 牛乳	食パン、小麦粉、油 さとう、ごま、ごま油 米	鶏小間肉 ツナ缶 牛乳	玉ねぎ、マッシュルーム トマト缶、ほうれん草、もやし きゅうり、白菜、にんじん オレンジ、しめじ	牛乳 クラシカル
8	木	ごはん チンジャオロース ブロッコリー中華和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) りんご	シュガートースト 牛乳	米、油、ごま油 片栗粉、ごま 食パン、さとう エッグケアマヨネーズ バター	豚もも肉 白味噌 牛乳	ピーマン、にんじん、たけのこ ブロッコリー、わかめ、たまねぎ りんご	牛乳 ルヴァン
9	金	チキンカレー フレンチサラダ でこぼん	黒糖ケーキ 牛乳	米、じゃが芋 カレールーウ、油 さとう、黒砂糖 ホットケーキミックス	鶏小間肉 豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ キャベツ、きゅうり みかん缶、でこぼん	牛乳 アンパンマンせんべい
10	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) りんご	ゼリー おかし 牛乳	米、じゃが芋、さとう 油、	豚小間肉 花鰹 油揚げ、白味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき ほうれん草、コーン キャベツ、りんご ぶどうジュース	牛乳 クラシカル
11	日						
12	月	ごはん 魚のパン粉焼き 筑前煮 味噌汁(ほうれん草・麩) オレンジ	茶巾絞り 牛乳	米、パン粉、油、麩 エッグケアマヨネーズ さとう、かぼちゃ	赤魚、ちくわ 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、大根、こんにゃく しめじ、いんげん、ほうれん草 オレンジ	牛乳 ルヴァン
13	火	ごはん 鶏肉のマーメイド焼き ひじきサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) りんご	焼きうどん 牛乳	米、マーメイドジャム さとう、油 うどん	鶏もも肉 絹ごし豆腐、白味噌 豚ひき肉 牛乳	ひじき、にんじん、きゅうり コーン、なめこ、りんご たまねぎ、青のり	牛乳 星食べよ
14	水	豚肉きのこ丼 切干し大根サラダ もやしスープ(もやし・にら) オレンジ	かやくごはん 牛乳	米、さとう、ごま ごま油、	豚ひき肉 油揚げ 牛乳	キャベツ、えのき、しめじ 切干大根、きゅうり、もやし にら、オレンジ こんにゃく	牛乳 クラシカル

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	
15	木	ごはん 豆腐の松風焼き マゼドアンサラダ 漬汁(大根・小松菜) りんご	クッキー 牛乳	米、さとう、パン粉、油 ごま、じゃが芋 エッグケアマヨネーズ 小麦粉	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌 牛乳	ねぎ、にんじん、きゅうり 大根、小松菜、りんご	牛乳 ルヴァン
16	金	ごはん ささみフライ キャベツのおかか和え 味噌汁(油揚げ・もやし) でこぼん	ほうれん草蒸しパン 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、さとう ホットケーキミックス	鶏むね肉 花鰹 油揚げ、白味噌 豆乳 牛乳	キャベツ、にんじん もやし、でこぼん ほうれん草	牛乳 アンパンマンせんべい
17	土	ごはん 豆腐チャンプルー さつま芋の甘煮 味噌汁(麩・玉ねぎ) オレンジ	ツナおにぎり 牛乳	米、ごま油 さつま芋、さとう	木綿豆腐 豚小間肉、白味噌 ツナ缶 牛乳	にんじん、もやし にら、玉ねぎ、りんご	牛乳 クラシカル
18	日						
19	月	ポークカレー コールスロー オレンジ	ビーフン 牛乳	米、じゃが芋 油、カレールー さとう、ビーフン	豚小間肉 豚ひき肉 牛乳	にんじん、たまねぎ キャベツ、きゅうり、オレンジ ピーマン、もやし	牛乳 ルヴァン
20	火	ごはん ハンバーグ 五色和え 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	マカロニきなこ 牛乳	米、ごま油、パン粉 片栗粉、じゃが芋 ツイストマカロニ さとう	豚ひき肉 花鰹 白味噌 きなこ 牛乳	キャベツ、玉ねぎ もやし、小松菜、にんじん しめじ、コーン、りんご	牛乳 星食べよ
21	水	食パン ミートグラタン 野菜スティック コーンスープ オレンジ	中華おこわ 牛乳	食パン、マカロニ 油、小麦粉 エッグケアマヨネーズ 米、もち米、ごま	豚ひき肉 ピザ用チーズ 豚小間肉 牛乳	玉ねぎ、にんじん、きゅうり クリームコーン、オレンジ しめじ、	牛乳 クラシカル
22	木	ごはん 生揚げの中華風煮 きゅうりのおかか和え 味噌汁(白菜・玉ねぎ) りんご	じゃこトースト 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、食パン	厚揚げ、豚小間肉 花鰹 白味噌、ちりめん ピザ用チーズ 牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン もやし、きゅうり、白菜 りんご、青のり	牛乳 ルヴァン
23	金	ひじきごはん 鮭のタルタル焼き わかめとコーンのサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) でこぼん	キャラットケーキ ホイップのせ 牛乳	米、さとう、小麦粉 油 エッグケアマヨネーズ 小麦粉	油揚げ、鮭 木綿豆腐、白味噌 豆乳 豆乳生クリーム 牛乳	にんじん、ひじき 玉ねぎ、パセリ、キャベツ きゅうり、わかめ、コーン なめこ、でこぼん	牛乳 アンパンマンせんべい
24	土	ごはん 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) オレンジ	ココアゼリー おかし 牛乳	米、油 じゃが芋 エッグケアマヨネーズ さとう	鶏もも肉 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、きゅうり わかめ、玉ねぎ オレンジ	牛乳 クラシカル
25	日						
26	月	ごはん 魚のマヨネーズ焼き ツナピーマン炒め 味噌汁(小松菜・人参) オレンジ	お好み焼き 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ 小麦粉、上新粉 ごま油	赤魚、ツナ缶 白味噌 しらす 牛乳	もやし、ピーマン コーン、小松菜、にんじん レンジ、キャベツ	牛乳 ルヴァン
27	火	けんちんうどん じゃこサラダ りんご	チャーハン 牛乳	うどん、油 ごま、さとう 米	鶏小間肉 ちりめん 豚ひき肉 牛乳	ごぼう、にんじん、ねぎ キャベツ、小松菜、りんご りんご	牛乳 星食べよ
28	水	たけのごはん からあげ・オニオンリング ツナサラダ コーンスープ でこぼん	米粉のココアケーキ いちごソースがけ 牛乳	米、さとう 片栗粉、じゃが芋 油、エッグケアマヨネーズ 黒砂糖 いちごジャム	油揚げ、鶏肉 ツナ缶 豆乳 牛乳	たけのこ、にんじん 絹さや、玉ねぎ、グリーンピース 青のり、キャベツ、きゅうり 玉ねぎ、クリームコーン パセリ、でこぼん	牛乳 クラシカル
29	木	昭和の日					
30	金	ごはん 炒り豆腐 切干しのマヨ和え 味噌汁(わかめ・えのき) オレンジ	焼そば 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ ごま、焼そば麺	木綿豆腐、豚ひき肉 ツナ缶 白味噌 豚バラ肉 牛乳	にんじん、たまねぎ ほうれん草、切干大根、きゅうり えのき、オレンジ もやし、わかめ	牛乳 アンパンマンせんべい

