

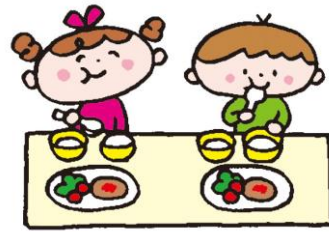


## 【今年度、初めて出る食材】

●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、先にご家庭でお試してください

●申し出がない場合は、献立通りの提供になります

- ・鱈、みょうが（19日）



※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

**乳児の朝のおやつは  
牛乳、おかしがでます**

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	月	豚汁うどん わかめときゅうりの和え物 オレンジ	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	うどん、油、里芋 ごま油、さとう 米	豚小間肉 木綿豆腐、白味噌 ちりめん、花鰹 牛乳	にんじん、大根、ごぼう こんにゃく、ねぎ わかめ、きゅうり、もやし オレンジ	出汁 酢、しょう油、塩
2	火	ごはん 鶏肉の塩麹炒め 小松菜のおひたし 味噌汁(白菜・油揚げ) りんご	焼そば 牛乳	米、ごま油、片栗粉 焼そば麺	鶏小間肉 花鰹、油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、しょうが 白菜、りんご、にんじん、 青のり	塩麹、料理酒 しょう油、出汁 中濃ソース
3	水	<b>文化の日</b>					
4	木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんサラダ 清汁(わかめ・ねぎ) りんご	りんごジャムの ショートブレッド 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ りんごジャム 小麦粉、バター	鮭、白味噌 ちくわ 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、レンコン にんじん、きゅうり、わかめ、 りんご	塩、みりん、しょう油 酢、出汁、塩
5	金	食パン ミートグラタン 粉吹き芋カレー味 コンソメスープ(ほうれん草・もやし) みかん	野菜ピラフ 牛乳	食パン マカロニ、ケチャップ じゃが芋 米	豚ひき肉 ピザ用チーズ 鶏小間肉 牛乳	玉ねぎ、パセリ、ほうれん草 もやし、にんじん、ピーマン みかん	塩、ケチャップ
6	土	ごはん 豚のしょうが焼き きゅうりのおかか和え 味噌汁(キャベツ・もやし) オレンジ	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、さとう、油 いちごジャム ホットケーキミックス	豚小間肉 花鰹、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しょうが きゅうり、キャベツ、もやし オレンジ	しょう油、上白糖 料理酒、出汁
7	日						
8	月	ごはん みそ豚 ブロッコリーのマヨネーズ和え 清汁(大根・えのき) オレンジ	ちんすこう 牛乳	米、油、ラード エッグケアマヨネーズ 小麦粉	豚小間肉、白味噌 きなこ 牛乳	しょうが、キャベツ、玉ねぎ ブロッコリー、にんじん 大根、えのき、柿	料理酒、しょう油 出汁、塩 ベーキングパウダー
9	火	ドライカレー フレンチサラダ コンソメスープ りんご	あげパン 牛乳	米、油 さとう、コッペパン	豚ひき肉 牛乳	玉ねぎ、にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、トマト缶 きゅうり、キャベツ、もやし 小松菜、りんご	カレー粉、塩 酢、しょう油、コンソメ
10	水	ごはん 鶏肉の照り焼き じゃが芋のきんぴら 味噌汁(ねぎ・豆腐) オレンジ	きのこのパスタ 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ じゃが芋、さとう スパゲティ	鶏もも肉 木綿豆腐、白味噌 牛乳	にんじん、こんにゃく、ピーマン ねぎ、りんご、玉ねぎ マッシュルーム缶、しめじ	塩、しょう油、みりん 料理酒、出汁 コンソメ
11	木	ごはん 生揚げのそぼろ煮 ひじきサラダ 味噌汁(さつま芋・玉ねぎ) りんご	ごまトースト 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、さつま芋 食パン、ごま、バター	厚揚げ、鶏ひき肉 白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ひじき コーン、きゅうり、りんご	しょう油、出汁 酢
12	金	食パン 鶏じゃがフレーク焼き サワークラフト コーンスープ みかん	大学芋 牛乳	食パン、じゃが芋 バター、油、さとう 米	鶏もも肉、豆乳 牛乳	玉ねぎ、パセリ キャベツ、にんじん、きゅうり クリームコーン、みかん	ケチャップ 酢、塩、コンソメ 鶏がらだし
13	土	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き 春雨サラダ 中華スープ(白菜・玉ねぎ) オレンジ	ゼリー、おかし 牛乳	米、油 エッグケアマヨネーズ 春雨、さとう	鶏もも肉、白味噌 牛乳	きゅうり、にんじん、白菜 玉ねぎ、オレンジ ぶどうジュース	酢、しょう油 塩、鶏がらだし 粉寒天
14	日						

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	月	あんかけうどん きゅうりとひじきの酢の物 オレンジ	さつま芋ごはん 牛乳	うどん、片栗粉 さとう、米 さつま芋、黒ごま	豚小間肉、油揚げ ツナ缶 牛乳	にんじん、玉ねぎ、白菜 小松菜、きゅうり、ひじき オレンジ	出汁、しょう油 塩、酢、料理酒
16	火	食パン 鶏じゃがグラタン ツナサラダ コンソメスープ オレンジ	鮭チャーハン 牛乳	食パン じゃが芋、油、パン粉 エッグケアマヨネーズ 米、ごま	鶏小間肉 パルメザンチーズ 鮭フレーク、ちりめん 牛乳、ツナ缶	玉ねぎ、パセリ キャベツ、きゅうり、にんじん コーン、オレンジ ねぎ	酢、しょう油 コンソメ、塩
17	水	豚すきやき丼 切干大根サラダ 味噌汁(里芋・しめじ) オレンジ	ラーメン 牛乳	米、油、さとう ごま、ごま油 里芋、焼そば麺	豚ロース肉、焼き豆腐 白味噌 牛乳	玉ねぎ、しらたき、切干大根 にんじん、きゅうり、しめじ オレンジ、わかめ、ねぎ、コーン	しょう油、みりん 出汁、酢、塩 鶏がらだし
18	木	ごはん 豆腐ハンバーグ ツナピーマン炒め 味噌汁(大根・人参) りんご	マカロニきなこ 牛乳	米、片栗粉 油、さつま芋 さとう、マカロニ	豚ひき肉、木綿豆腐 ツナ缶、白味噌 豆乳、きなこ 牛乳	玉ねぎ、もやし、ピーマン コーン、大根、にんじん りんご	しょう油、塩 コンソメ、カレー粉 出汁
19	金	わかめごはん あじフライ きゅうり、ちくわ、みょうがの酢のもの お吸い物(豆腐・ねぎ・しいたけ) みかん	アイスクリーム クラッカー 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、さとう	あじ、ちくわ 絹ごし豆腐 豆乳、豆乳生クリーム 牛乳	きゅうり、みょうが ねぎ、干しいたけ みかん	わかめごはんの基 中濃ソース、酢、 しょう油、出汁、塩 うすくちしょう油
20	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(切干し・えのき) オレンジ	スコーン 牛乳	米、じゃが芋 さとう、油 エッグケアマヨネーズ いちごジャム	豚小間肉 白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、切干大根 えのき、オレンジ	出汁、しょう油
21	日						
22	月	チキンカレー わかめサラダ オレンジ	スイートポテト 牛乳	米、じゃが芋、油 カレールー、ごま油 さとう、ごま さつま芋	鶏小間肉 牛乳 豆乳	にんじん、玉ねぎ わかめ、もやし、きゅうり オレンジ	酢、しょう油 塩
23	火	<b>勤労感謝の日</b>					
24	水	ごはん 煮魚 白菜のごま和え 味噌汁 オレンジ	黒糖まんじゅう 牛乳	米、さとう、小麦粉 油、ごま、黒砂糖	赤魚 牛乳 白味噌、こしあん	白菜、にんじん、たまねぎ 大根、ねぎ、オレンジ	しょう油、みりん ベーキングパウダー ドライイースト
25	木	食パン 豚のトマト煮 ほうれん草ときのこのソテー 豆乳スープ りんご	こぎつねごはん 牛乳	食パン、片栗粉 じゃが芋、米、さとう ごま	豚小間肉 豆乳 油揚げ、しらす 牛乳	トマト缶、玉ねぎ、ピーマン マッシュルーム缶、ほうれん草 にんじん、しめじ、コーン りんご	料理酒、塩 ケチャップ、みりん コンソメ、こしょう しょう油、出汁
26	金	ごはん サバの味噌煮 きゅうりとちくわのサラダ 清汁(豆腐・ほうれん草) みかん	メロンパン風トースト 牛乳	米、さとう、ごま油、ごま エッグケアマヨネーズ 食パン、バター ホットケーキミックス	サバ ちくわ、木綿豆腐 白味噌、豆乳 牛乳	キャベツ、赤ピーマン、玉ねぎ しょうが、きゅうり、ほうれん草 みかん	中華だし、料理酒 しょう油、出汁 レモン汁
27	土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツのおかか和え 味噌汁(麩・小松菜) オレンジ	お麩せんべい 牛乳	米、さとう、麩 小麦粉、油、ごま	鶏小間肉 花鰹、白味噌 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、にんじん キャベツ、小松菜、オレンジ	料理酒、しょう油 出汁
28	日						
29	月	ごはん つくね焼き 小松菜の納豆和え わかめとコーンのスープ オレンジ	わかめうどん 牛乳	米、さとう、パン粉 油、うどん	鶏ひき肉、白味噌 挽き割り納豆 牛乳	れんこん、ねぎ、小松菜 にんじん、わかめ、コーン オレンジ	塩、しょう油 酢、出汁、コンソメ
30	火	ごはん 鶏肉のピザ焼き かぼちゃのごま和え 味噌汁(厚揚げ・なめこ) りんご	さつま芋とりんごパイ	米、小麦粉、かぼちゃ さとう、ごま、ごま油 春巻きの皮 さつま芋、りんごジャム	鶏もも肉、ピザ用チーズ 厚揚げ、白味噌 牛乳	玉ねぎ、ピーマン なめこ、りんご、にんじん	ケチャップ 出汁 しょう油、塩

