



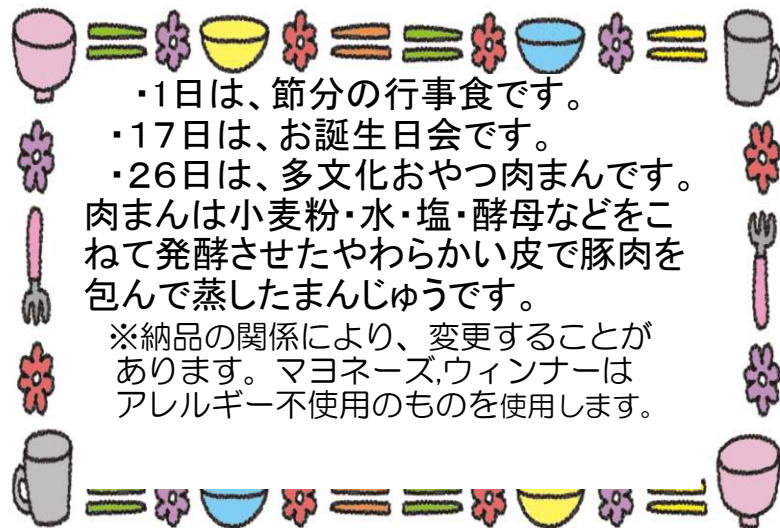
【今年度、初めて出る食材】

- ・いよかん（16日）
- ・クリームチーズ（17日）
- ・ドライイースト（26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。ご了承ください。

乳児の朝のおやつは毎日牛乳です。



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	混ぜ込み稲荷 チーズハンバーグ 五目煮豆 味噌汁(なめこ・豆腐) ぼんかん	赤鬼ゼリー 牛乳	米、さとう、パン粉、油 いちごジャム さつま芋	油揚げ、豚ひき肉 ダイスチーズ 大豆水煮、豆乳 木綿豆腐、白味噌 牛乳、ゆであずき	干しいたけ、たけのこ にんじん、絹さや、刻みのり 玉ねぎ、こんにゃく、ごぼう なめこ、ぼんかん、いんげん ゼラチン	みりん、塩、ケチャップ 出汁、しょう油
2	火	ごはん 鶏肉の磯辺焼き れんこんきんぴら 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	コーンマヨトースト 牛乳	米、油、片栗粉 さとう、ごま じゃが芋 食パン エッグケアマヨネーズ	鶏もも肉 白味噌 牛乳	青のり、れんこん、にんじん 玉ねぎ、りんご コーン、きぬさや	塩 出汁、しょう油 みりん、料理酒
3	水	ハヤシライス シルバーサラダ ぼんかん	石垣まんじゅう 牛乳	米、小麦粉、油 さとう、春雨 エッグケアマヨネーズ さつま芋、ごま	豚小間肉 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん マッシュルーム、トマト缶 きゅうり、ぼんかん	料理酒、 中濃ソース、ケチャップ しょう油、コンソメ 塩、ベーキングパウダー
4	木	ごはん たらのマヨチーズ焼き さつま芋の甘煮 味噌汁(玉ねぎ・小松菜) りんご	ツナカレーおにぎり 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ さつま芋、さとう	たら ピザ用チーズ 白味噌 牛乳 ツナ缶	小松菜、玉ねぎ、りんご 人参、パセリ	ウスターソース しょう油、塩 出汁、カレー粉
5	金	ジャムパン マカロニグラタン 切干しサラダ コンソメスープ りんご	じゃこごはん 牛乳	食パン、いちごジャム マカロニ、油 小麦粉、パン粉 さとう、ごま油、米 ごま	鶏小間肉 粉チーズ ちりめん、花鰹 牛乳、豆乳	たまねぎ、パセリ 切干大根、きゅうり、もやし 小松菜、りんご、にんじん	しょう油、酢 コンソメ 塩
6	土	ごはん 厚揚げの味噌炒め じゃがいものそぼろ煮 清汁(ちくわ・わかめ) りんご	黒糖蒸しパン 牛乳	米、油、さとう じゃが芋、片栗粉 ホットケーキミックス 黒糖	厚揚げ、豚小間肉 白味噌、鶏ひき肉 ちくわ 豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン グリーンピース、わかめ、りんご	しょう油、出汁 塩
7	日						
8	月	ほうとう風うどん 鮭の塩焼き ささみともやしのマヨネーズ和え りんご	まぜごはん 牛乳	うどん、かぼちゃ エッグケアマヨネーズ 米、油	白味噌 鮭 ささみ ツナ缶 牛乳	にんじん、白菜、ねぎ ごぼう、もやし、きゅうり りんご、しめじ	出汁、しょう油 みりん、塩
9	火	ジャムパン じゃが芋のカントリー煮 コーンサラダ 豆乳スープ ぼんかん	鮭茶漬け 牛乳	食パン、イチゴジャム じゃが芋、油 さとう、米 せんべい	豚小間肉 豆乳 鮭フレーク 牛乳	にんじん、たまねぎ キャベツ、きゅうり、わかめ コーン、ぼんかん 刻みのり	コンソメ、ケチャップ ウスターソース 酢、しょう油 出汁、塩
10	水	ごはん 豚レバーの香味揚げ ひじきのごま和え 味噌汁(里芋・油揚げ) りんご	黄な粉ポーロ 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま 小麦粉、里芋	豚レバー 油揚げ、白味噌 きなこ、豆乳 牛乳	もやし、ひじき、にんじん りんご、しょうが にんにく	出汁 しょう油、 ベーキングパウダー
11	木	建国記念日					
12	金	大豆のドライカレー ツナサラダ コンソメスープ いちご	マーブルクッキー 牛乳	米、小麦粉 油、さとう カレールー	大豆水煮、豚ひき肉 ツナ缶 牛乳	たまねぎ、にんじん、 赤ピーマン、黄ピーマン トマト缶、キャベツ、きゅうり コーン、いちご	ウスターソース ケチャップ コンソメ、酢、塩 しょう油、ココア
13	土	ごはん 焼肉 青菜のおひたし 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) りんご	フライドポテト 牛乳	米、油、さとう ごま油、片栗粉 じゃが芋	豚小間肉 花鰹 白味噌 牛乳	ピーマン、もやし、玉ねぎ にんじん、きゅうり、わかめ りんご、パセリ しょうが、ほうれん草	しょう油、みりん 出汁、塩
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	豚すきやき丼 春雨サラダ 中華スープ(わかめ・もやし) りんご	きつねうどん 牛乳	米、さとう 春雨、ごま油 うどん	豚小間肉 焼き豆腐 油揚げ 牛乳	たまねぎ、しらたき きゅうり、にんじん、コーン もやし、わかめ、りんご ねぎ	しょう油、みりん 出汁、酢、塩 鶏がら
16	火	ロールパン クリームシチュー ひじきサラダ いよかん	チャーハン 牛乳	バターロール じゃが芋、油 小麦粉、さとう 米、ごま	鶏小間肉 豆乳 豚ひき肉、しらす 牛乳	にんじん、たまねぎ ブロッコリー、ひじき、きゅうり いよかん、ねぎ	コンソメ、塩 酢、しょう油
17	水	ごはん チキンカツ キャベツナムル 豚汁 いちご	チーズケーキ 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、ごま油 里芋、さとう	鶏もも肉、豚小間肉 木綿豆腐、白味噌 クリームチーズ 生クリーム 牛乳	キャベツ、にんじん 刻みのり、ごぼう、だいこん こんにゃく、ねぎ、いちご	塩、鶏ガラ しょう油、出汁 レモン汁 ベーキングパウダー
18	木	ごはん さばの味噌煮 白菜の胡麻和え わかめスープ りんご	カレースパゲティ 牛乳	米、さとう ごま、スパゲティ	鯖、白味噌 木綿豆腐 豚ひき肉 牛乳	しょうが、白菜、にんじん わかめ、りんご 玉ねぎ、パセリ	料理酒、しょう油 鶏ガラ、塩 しょう油、カレー粉 コンソメ、ケチャップ
19	金	ごはん 根菜ハンバーグ きゅうりとちくわのサラダ 味噌汁(油揚げ・大根) ぼんかん	ラーメン 牛乳	米、パン粉、油 片栗粉、さとう エッグケアマヨネーズ ごま、やきそば麺	鶏ひき肉 ちくわ 油揚げ 牛乳	たまねぎ、にんじん、ごぼう れんこん、きゅうり、大根 ぼんかん、わかめ ねぎ、コーン	塩、しょう油 みりん、出汁 鶏がら、
20	土	ごはん 鶏肉と大豆の旨煮 ナムル 味噌汁(麩・ねぎ) りんご	和風スイートポテト 牛乳	米、さとう、麩 さつま芋 黒ごま、油	鶏小間肉 大豆水煮 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、きぬさや もやし、きゅうり、わかめ りんご、ねぎ	料理酒、みりん しょう油、出汁 塩、鶏ガラ
21	日						
22	月	きのこうどん ぶりの照り焼き じゃが芋のカレーソテー いよかん	ケチャップライス 牛乳	うどん、じゃが芋 油、米 さとう	鶏小間肉 ぶり 牛乳	わかめ、えのき しめじ、にんじん、ねぎ ピーマン、いよかん たまねぎ、グリーンピース	出汁、みりん しょう油、塩 カレー粉 ケチャップ、コンソメ
23	火	天皇誕生日					
24	水	カレーライス ひじきのツナサラダ りんご	焼そば 牛乳	米、じゃが芋 小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ ごま、焼そば麺 カレールー	鶏小間肉 ツナ缶 豚小間肉 牛乳	にんじん、たまねぎ ひじき、きゅうり、りんご もやし、たまねぎ 青のり	コンソメ ケチャップ、中濃ソース 塩、しょう油
25	木	ジャムパン ポークビーンズ 野菜スティック 白菜スープ いよかん	ごま味噌焼きおにぎり 牛乳	食パン、いちごジャム エッグケアマヨネーズ 米、さとう、ごま 油	豚小間肉 大豆水煮 白味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん ピーマン、トマト缶 きゅうり、白菜、いよかん	ケチャップ、コンソメ ウスターソース 塩、みりん、しょう油
26	金	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりとわかめの酢の物 清汁(ちくわ・えのき) ぼんかん	肉まん 牛乳	米、さとう、油 強力粉、小麦粉 ごま油、片栗粉	厚揚げ、鶏ひき肉 しらす、ちくわ 豚ひき肉 牛乳	にんじん、たまねぎ きゅうり、わかめ、みかん缶 えのき、ぼんかん しょうが	しょう油、出汁 酢、塩、料理酒 ベーキングパウダー ドライイースト
27	土	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ミックスベジタブルソテー 味噌汁(切干し・小松菜) りんご	さつま芋フライ 牛乳	米、じゃが芋 マーマレードジャム 油、さつま芋、さとう	鶏もも肉 白味噌 牛乳	いんげん、にんじん、コーン 切干大根、小松菜、りんご	料理酒、しょう油 コンソメ、塩 出汁
28	日						

