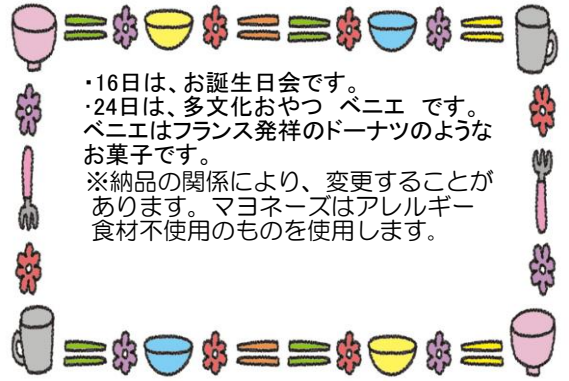


## 【新しく取り入れる旬の食材】

### ・カリフラワー（16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。



・16日は、お誕生日会です。  
 ・24日は、多文化おやつ ペニエ です。  
 ペニエはフランス発祥のドーナツのようなお菓子です。  
 ※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズはアレルギー食材不使用のものを使用します。

乳児さん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	火	ごはん タラのオーロラソース焼き 白菜サラダ 味噌汁(もやし・玉ねぎ) 梨	塩昆布とチーズのおにぎり 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ さとう	たら 鶏ささみ みそ チーズ 牛乳	はくさい、きゅうり、わかめ もやし、たまねぎ、梨 塩昆布	料理酒 塩、ケチャップ 酢、出汁
2	水	ごはん 焼肉チキン 小松菜の和え物 味噌汁(切干大根・人参) 甘夏みかん缶	そば飯(兵庫) 牛乳	米、さとう ごま油、片栗粉 ごま、やきそば麺 油	鶏もも肉 みそ、油揚げ 豚ひき肉 花鰹 牛乳	たまねぎ、にんにく、こまつな もやし、しめじ 切干大根、にんじん 甘夏みかん缶 キャベツ、のり	みりん、しょう油 酢、出汁 中濃ソース
3	木	豚肉の甘辛丼 キャベツのおかか和え 味噌汁(豆腐・えのき) りんご	カレーサブレ 牛乳	米、片栗粉 さとう 小麦粉、油	豚こま肉、みそ 花鰹、豆腐 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン キャベツ、えのき、りんご	料理酒 しょう油、みりん 出汁、塩 カレー粉
4	金	ごはん 松風焼き 切干大根のサラダ すまし汁(しめじ・わかめ) 梨	さつま芋ボール 牛乳	米、さとう、パン粉 ごま、ごま油 さつまいも、片栗粉 油	豆腐 鶏ひき肉 みそ 牛乳	たまねぎ、にんじん 切干大根、きゅうり しめじ、わかめ、梨	塩、酢、しょう油 出汁
5	土	ごはん 豆腐チャンプルー さつま芋のレモン煮 味噌汁(厚揚げ・小松菜) 甘夏みかん缶	ココア蒸しパン 牛乳	米、ごま油 さつまいも、さとう ホットケーキミックス	豆腐、豚こま肉 厚揚げ、みそ 豆乳 牛乳	にんじん、もやし、にら レモン汁 こまつな 甘夏みかん缶	料理酒 しょう油、塩、出汁 ベーキングパウダー ココア
6	日						
7	月	ごはん カル鉄バーグ ひじきとツナのサラダ 味噌汁(なす・油揚げ) りんご	中華あんかけごはん 牛乳	米、パン粉 エッグケアマヨネーズ ごま ごま油、片栗粉	豚ひき肉、豆腐 鶏ひき肉 ツナフレーク、みそ 油揚げ 牛乳	こまつな、たまねぎ、ひじき 豆苗、にんじん なす、りんご はくさい	塩、ケチャップ 中濃ソース しょう油、出汁 中華だし
8	火	ポークカレーライス 甘酢和え りんご	粒々みかんゼリー クラッカー 牛乳	米、じゃがいも 油、さとう クラッカー	豚こま肉 スキムミルク 牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベツ きゅうり、りんご オレンジジュース みかん缶	カレールー 酢、塩 寒天
9	水	ジャムパン 鶏肉のトマトソース 大豆サラダ 豆乳スープ(白菜・ブロッコリー) 甘夏みかん缶	ひじきごはん 牛乳	食パン、イチゴジャム 小麦粉、油、さとう エッグケアマヨネーズ ごま、米	鶏もも肉 水煮大豆 ツナフレーク 豆乳、油揚げ 牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ はくさい、ブロッコリー 甘夏みかん缶 ひじき	塩、コンソメ トマトピューレ しょう油、みりん
10	木	ごはん マーボー豆腐 わかめサラダ 中華スープ(チンゲン菜・白菜) 甘夏みかん缶	ふかし芋 牛乳	米、ごま油 さとう、片栗粉 油、さつまいも	豆腐 豚ひき肉、みそ 牛乳	にんじん、たまねぎ、もやし きゅうり、わかめ はくさい、チンゲンサイ 甘夏みかん缶	しょう油、酢 中華だし
11	金	けんちんうどん 赤魚の磯辺焼き かぼちゃのごま和え りんご	ケチャップライス 牛乳	うどん、さといも 片栗粉、油 さとう、ごま、ごま油 米	豆腐、赤魚 豚ひき肉 牛乳	ごぼう、にんじん、ねぎ のり、かぼちゃ、りんご たまねぎ	出汁、みりん しょう油、塩 ケチャップ
12	土	ごはん 豚肉の野菜炒め ブロッコリーのマヨネーズ添え 味噌汁(大根・油揚げ) 甘夏みかん缶	きな粉トースト 牛乳	米、油、片栗粉 エッグケアマヨネーズ 食パン、バター さとう	豚こま肉 油揚げ、みそ きな粉 牛乳	たまねぎ、キャベツ、ピーマン ブロッコリー、にんじん だいこん、甘夏みかん缶	塩、しょう油 中華だし、出汁
13	日						
14	月	<b>スポーツの日</b>					
15	火	ジャムパン 豆腐のミートグラタン ツナサラダ 豆乳スープ(じゃが芋・人参) りんご	手作りふりかけごはん 牛乳	食パン、イチゴジャム 小麦粉、油 じゃがいも、米 ごま油、ごま	豆腐、豚ひき肉 チーズ、ツナフレーク 豆乳、花鰹 牛乳	たまねぎ、きゅうり、キャベツ にんじん、りんご、のり	塩、コンソメ ケチャップ、酢 しょう油