

日付	午前おやつ	主食 (未満児)	昼食 (全園児)	午後おやつ (全園児)	材 料 名(◎は午前おやつ ○は午後おやつ)		
					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
2月	塩せんべい	ごはん	五目かき揚げ 納豆和え 麩とえのきの味噌汁	牛乳かりんとう	米 薄力粉 油 三温糖 おつゆ麩	ウインナー 卵 ひきわり納豆 ちくわ チーズ かつお節 わかめ 味噌	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり キャベツ 南瓜 えのき
3火	クラッカー	ちらし寿司	お花型ハンバーグ ミモザサラダ そうめん汁	☆カルピス フルーツポンチ	米 三温糖 ごま マヨドレ そうめん	卵乳不使用ハンバーグ ツナ うす揚げ 桜でんぶ ◎カルピス	人参 玉ねぎ れんこん ねぎ かんぴょう パイン缶 きゅうり ◎みかん缶 桃缶 パナナ
4水	根昆布あられ	ごはん	鶏肉のオレンジ焼き ブロッコリーサラダ もやしのスープ	ビスケット	米 三温糖	鶏肉 チーズ かつお節	にんにく 生姜 マーメレードジャム ブロッコリー 人参 コーン 白菜 もやし
5木	野菜せんべい	ごはん	じゃが芋と野菜の炊き合わせ キャベツの甘酢和え 豆腐の味噌汁	☆ごまごまクッキー	米 じゃが芋 三温糖 ◎ホットケーキミックス 白練りごま	鶏肉 さつま揚げ ハム 絹ごし豆腐 わかめ 味噌 ◎卵	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり いんげん
6金	卵不使用 ビスケット	ごはん	和風メンチカツ きゅうりスティック なめこ汁	せんべい	米 薄力粉 パン粉 油 ごま マヨネーズ	豚ひき肉 卵 絹ごし豆腐 味噌	ねぎ きゅうり 玉ねぎ 人参 白菜 なめこ
7土	花花せんべい	豚丼	豚丼 わかめスープ	お菓子	米 三温糖 片栗粉 ごま油	豚肉 わかめ	にんにく 生姜 ピーマン 玉ねぎ 人参 もやし
9月	ウエハース	食パン	チキンクリームシチュー イタリアンサラダ	☆焼きそば	食パン じゃが芋 ホワイトソース 三温糖 油 ◎焼きそば麺	鶏肉 牛乳 ハム チーズ ◎豚肉 青のり	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ きゅうり コーン ◎もやし 人参 キャベツ
10火	塩せんべい	ごはん	魚のムニエル スパゲティサラダ かきたま汁	チーズ	米 薄力粉 油 スパゲティ マヨネーズ	鮭 ハム 絹ごし豆腐 卵 ◎チーズ	人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ えのき
11水	野菜スティック	ごはん	炒り豆腐 ツナ和え せんべい汁	バナナ	米 三温糖 油 里芋 かやきせんべい	豚ひき肉 木綿豆腐 ツナ うす揚げ	人参 玉ねぎ にんにく 生姜 きゅうり キャベツ コーン ピーマン 白菜 大根 ◎バナナ
12木	ビスコ	タコライス	タコライス 茹でブロッコリー じゃが芋の味噌汁	せんべい	米 三温糖 油 マヨネーズ じゃが芋	豚ひき肉 牛ひき肉 チーズ わかめ 味噌	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 レタス にんにく キャベツ
13金	花花せんべい	ごはん	鶏肉のから揚げ フルーツサラダ コーンともやしのスープ	☆オレンジ カップケーキ	米 片栗粉 油 マヨネーズ ごま油 ◎ホットケーキミックス	鶏肉 ヨーグルト わかめ ◎卵 バター 牛乳	キャベツ 人参 玉ねぎ りんご パイン缶 みかん缶 もやし コーン にんにく 生姜 ◎マーメレードジャム
14土	クラッカー	ごはん	じゃが芋のそぼろ煮 バナナ	お菓子	米 じゃが芋 しらたき 三温糖 車麩 油	豚ひき肉 厚揚げ かまぼこ	玉ねぎ 人参 いんげん パナナ
16月	ココアスティック	ごはん	白身魚のフライ ちくわと豆苗の梅おかか和え えのきのすまし汁	☆パイナップル ケーキ	米 三温糖 油 ◎ホットケーキミックス	白身魚のフライ ちくわ かつお節 絹ごし豆腐 ◎ヨーグルト バター	豆苗 もやし 梅干し 人参 玉ねぎ えのき ねぎ ◎パイン缶
17火	チーズ	ラーメン	オイマヨチキン 人参ラペ 味噌スープ(ラーメン入り)	幼児組: ☆ぼたもち 未満児: ☆おにぎり	中華麺 マヨネーズ 三温糖 油 ごま油 ◎米 もち米	鶏肉 豚肉 ツナ 味噌 ◎チーズ ◎小豆 きな粉	人参 オレンジ果汁 レモン果汁 もやし キャベツ 玉ねぎ コーン
18水	卵不使用 ビスケット	ごはん	ピーマンとチーズの卵焼き チャブチ 南瓜とうす揚げの味噌汁	プリン	米 春雨 三温糖 ごま油	ウインナー 卵 チーズ 生クリーム 豚肉 うす揚げ 味噌	赤パプリカ ピーマン 人参 いら 玉ねぎ 南瓜
19木	根昆布あられ	ポークハヤシライス	ポークカレー 野菜と福神漬の和え物	クラッカー	米 油 じゃが芋 カレールウ ごま	豚肉 調整豆乳	玉ねぎ 人参 にんにく キャベツ もやし きゅうり コーン 福神漬
21土	塩せんべい	あんかけうどん	あんかけうどん バナナ	お菓子	うどん 片栗粉	豚肉 うす揚げ	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン バナナ
23月	カリポテ	ごはん	チキンナゲット ポテトサラダ 豚肉の豆乳鍋風	きなこあられ	米 じゃが芋 マヨネーズ ごま油	チキンナゲット ハム 豚肉 調整豆乳 味噌	人参 きゅうり 玉ねぎ コーン 白菜
24火	塩せんべい	ごはん	白身魚の梅みそ焼き ひじき煮 切り干し大根の味噌汁	☆シュガーラスク	米 しらたき 三温糖 ◎食パン グラニュー糖	たら 白味噌 ひじき ちくわ うす揚げ わかめ 味噌 ◎バター	梅干し 人参 玉ねぎ いんげん 切り干し大根
25水	クラッカー	ポークチャップ丼	ポークチャップ丼 もやしのナムル 白菜のすまし汁	オレンジ	米 三温糖 油 おつゆ麩 ごま油	豚肉	もやし 人参 きゅうり 玉ねぎ 白菜 えのき ◎オレンジ
26木	花花せんべい	ごはん	タンドリーチキン マカロニサラダ ミネストローネ	☆グラノーラ おこし	米 マカロニ マヨネーズ じゃが芋 三温糖 ◎フルーツグラノーラ マシュマロ	鶏肉 ヨーグルト ハム ベーコン ◎バター	人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ トマト缶
27金	チーズ	ごはん	肉みそもやし 春雨サラダ けんちん汁	ミレービスケット	米 じゃが芋 三温糖 片栗粉 油 春雨 ごま油	豚ひき肉 味噌 ハム 鶏肉 木綿豆腐 ◎チーズ	もやし 人参 玉ねぎ きゅうり キャベツ 大根 ごぼう ねぎ
28土	ウエハース	ごはん	ホイコーロー 麩のすまし汁	お菓子	米 三温糖 油 ごま油 おつゆ麩	豚肉 赤みそ わかめ	人参 キャベツ 玉ねぎ ピーマン ねぎ にんにく 生姜
30月	野菜スティック	ごはん	おでん 茹でウインナー バナナ	☆ツナマヨコーン パン	米 しらたき 車麩 三温糖 ◎ホットケーキミックス マヨネーズ	鶏肉 焼き豆腐 厚揚げ ちくわ ウインナー ◎卵 ツナ	大根 人参 パナナ ◎コーン
31火	根昆布あられ	ごはん	厚揚げのみそチーズ焼き コールスローサラダ 豚汁	おとうふやさんの ビスケット	米 マヨネーズ	厚揚げ チーズ 味噌 豚肉 ハム	キャベツ 人参 きゅうり コーン 白菜 大根 玉ねぎ ごぼう

3日(火) 幼児組は、主食に『ちらし寿司』がです。  
 13日(金) ばら組のリクエストメニューになります。ばら組のみ主食に『ケチャップライス』がです。  
 19日(木) ふたば・つくし組は、『ポークカレー』→『ポークハヤシライス』になります。  
 26日(木) ふたば・つくし組は、『タンドリーチキン』→『照り焼きチキン』になります。

※☆は手作りおやつの日です。  
 ※牛乳は毎日付きます。未満児組 … 午前1回、午後1回 / 幼児組 … 午後1回  
 ※都合により献立、材料を変更する場合があります。