

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
1 金	ウエハース	ゆかりごはん	こいのぼり型ハンバーグ スパゲティサラダ レタススープ	根昆布あられ	米 スパゲティ マヨドレ	乳卵不使用ハンバーグ ウイニー	玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 レタス コーン
2 土	花花せんべい	味噌丼	もやしとひき肉の味噌丼 人参スープ	お菓子	米 三温糖	豚肉 わかめ みそ	玉ねぎ もやし 人参 キャベツ コーン
7 木	チーズ	ごはん	シュウマイ ナムル 若竹汁	☆バナナケーキ	米 じゃが芋 三温糖 ごま油 ○ホットケーキミックス	シュウマイ ハム 厚揚げ わかめ みそ ◎チーズ ○ヨーグルト バター	もやし きゅうり 人参 たけのこ 玉ねぎ ○バナナ
8 金	野菜せんべい	ハヤシライス	チキンカレー 野菜と福神漬の和え物	ミレービスケット	米 じゃが芋 油 カレールウ ごま	鶏肉 豆乳	玉ねぎ 人参 もやし キャベツ きゅうり コーン にんにく 福神漬
9 土	クラッカー	ごはん	チャプチェ コーンともやしのスープ	お菓子	米 春雨 ごま油 三温糖	鶏肉 わかめ	玉ねぎ もやし 人参 エリンギ ピーマン コーン
11 月	根昆布あられ	ごはん	チキンナゲット 切り干し大根のケチャップ煮 キャベツスープ	☆じゃがもち	米 三温糖 ○じゃが芋 片栗粉	乳卵不使用チキンナゲット 豚肉 ○バター	切り干し大根 ピーマン キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ コーン
12 火	卵不使用 ビスケット	ごはん	鮭のみそ焼き 人参しりしり 麩とえのきのみそ汁	チーズ	米 三温糖 サラダ油 麩	鮭 卵 白みそ みそ わかめ 塩昆布 ○チーズ	人参 玉ねぎ えのき しょうが 塩昆布
13 水	クラッカー	ごはん	ツナと青のりの卵焼き 小松菜とベーコン炒め 玉ねぎとうす揚げのみそ汁	プリン	米 三温糖	卵 ベーコン ツナ うす揚げ みそ 青のり	小松菜 玉ねぎ 人参 コーン もやし
14 木	野菜スティック	プルコギ丼	プルコギ丼 きゅうりスティック 豆腐のすまし汁	☆きな粉マカロニ	米 三温糖 マヨネーズ ごま ごま油 ○マカロニ 三温糖	豚肉 絹ごし豆腐 ○きな粉	玉ねぎ きゅうり 人参 もやし にら えのき ほうれん草 にんにく しょうが
15 金	ウエハース	ごはん	肉じゃが 豆苗ともやしの梅和え バナナ	せんべい	米 じゃが芋 しらたき 三温糖 油	豚肉 牛肉 厚揚げ	人参 玉ねぎ もやし 豆苗 きゅうり いんげん 梅干し
16 土	塩せんべい	ごはん	野菜炒め わかめスープ	お菓子	米 サラダ油	豚肉 わかめ	玉ねぎ 人参 もやし エリンギ ピーマン コーン にんにく
18 月	カリポテ	ごはん	炒り豆腐 野菜の甘酢和え 大根とさつま揚げのみそ汁	バナナ	米 三温糖 サラダ油	豚ひき肉 木綿豆腐 さつま揚げ みそ	玉ねぎ 人参 キャベツ 大根 もやし きゅうり ピーマン にんにく しょうが ○バナナ
19 火	塩せんべい	食パン	チキンクリームシチュー コールスローサラダ	☆焼きおにぎり	食パン じゃが芋 ホワイトソース 三温糖 サラダ油 マヨネーズ ○米 三温糖	鶏肉 牛乳 ハム ○みそ	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ コーン ブロッコリー
20 水	卵不使用 ビスケット	ごはん	ウインナーとズッキーニのかき揚げ ごまマヨサラダ かまぼこのすまし汁	☆麩ラスク	米 薄力粉 サラダ油 ごま マヨネーズ ○おつゆ麩 グラニュー糖	ウインナー 卵 ハム かまぼこ 絹ごし豆腐 わかめ ○バター	玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり ズッキーニ コーン
21 木	チーズ	ごはん	魚の照り焼き ひじき煮 なめこ汁	幼:牛乳かりんとう 未:クラッカー	米 突きこんにやく 三温糖	たら ちくわ 絹ごし豆腐 わかめ ひじき みそ ◎チーズ	人参 玉ねぎ なめこ いんげん 大根
22 金	花花せんべい	ごはん	春巻き 納豆和え じゃが芋とささ身のスープ	野菜スティック	米 じゃが芋 三温糖 サラダ油	春巻き ひきわり納豆 ちくわ チーズ かつお節 鶏肉	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 ほうれん草 小松菜
23 土	ウエハース	和風パスタ	和風パスタ コーンスープ	お菓子	スパゲティ ごま油	ウイニー	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 エリンギ コーン
25 月	ビスコ	ごはん	焼肉風炒め 豆腐の中華風サラダ 切り干し大根のみそ汁	クラッカー	米 三温糖 サラダ油 ごま油	豚肉 牛肉 木綿豆腐 ツナ うす揚げ みそ	キャベツ 玉ねぎ 人参 きゅうり アスパラガス 切り干し大根 にんにく
26 火	野菜スティック	ごはん	鮭のコーンマヨ焼き キャベツの和え物 チンゲン菜のすまし汁	☆ピーチケーキ	米 三温糖 マヨネーズ ごま ○ホットケーキミックス 三温糖	鮭 かまぼこ ○ヨーグルト バター	玉ねぎ キャベツ 人参 コーン きゅうり えのき チンゲン菜 ○桃缶
27 水	クラッカー	豚丼	豚丼 春雨サラダ もやしとニラのスープ	オレンジ	米 春雨 三温糖 ごま油 片栗粉	豚肉 ハム	玉ねぎ もやし キャベツ 人参 ピーマン きゅうり にら にんにく しょうが ○オレンジ
28 木	野菜せんべい	ごはん	高野豆腐と野菜の炊き合わせ 茹でウインナー 麩のすまし汁	☆ココアプリン	米 三温糖 おつゆ麩	鶏肉 ウインナー 高野豆腐 わかめ ○牛乳 ココアプリンの素	玉ねぎ 人参 いんげん しいたけ
29 金	根昆布あられ	ごはん	鶏のから揚げ ブロッコリーサラダ ワンタンスープ	ビスケット	米 片栗粉 サラダ油 ごま油	鶏肉 チーズ かつお節	ブロッコリー もやし 人参 玉ねぎ コーン にんにく しょうが
30 土	野菜スティック	マーボー丼	マーボー豆腐丼 玉ねぎのスープ	お菓子	米 片栗粉 ごま油 三温糖	豚肉 絹ごし豆腐 赤みそ わかめ	玉ねぎ 人参 もやし コーン ねぎ しょうが

8日(金) 未満児は、『チキンカレー』→『チキンハヤシライス』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。