

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 木	野菜スティック	ごはん	白身魚のフライオーロラソース 小松菜とベーコンの炒め物 なすと麩のすまし汁	☆いちごクリームチーズサンド	米 サラダ油 マヨネーズ おつゆ麩 三温糖 ○食パン	白身魚フライ ベーコン ちくわ ○クリームチーズ	小松菜 人参 玉ねぎ なす コーン ○いちごジャム
2 金	カリポテ	マーボーナス丼	マーボーナス丼 きゅうりとトマトの塩昆布和え ワントンスープ	お米リング	米 三温糖 ごま油 片栗粉	豚肉 絹ごし豆腐 ツナ 赤味噌 塩昆布	人参 玉ねぎ もやし コーン ねぎ しょうが なす キャベツ きゅうり トマト
3 土	運動会						
5 月	根昆布あられ	ごはん	肉コロッケ パンサンスー レタススープ	☆キャラメルみそラスク	米 春雨 三温糖 サラダ油 ごま油 ○食パン 三温糖	卵 ハム ○有塩バター 味噌	玉ねぎ 人参 コーン レタス きゅうり
6 火	ビスコ	きなごごはん	厚揚げのみそマヨサイコロ焼き 大根とツナのサラダ なめこ汁	クラッカー お菓子	米 マヨネーズ 三温糖 サラダ油	厚揚げ 味噌	玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 なめこ 大根 きゅうり
7 水	花花せんべい	ごはん	鶏の磯辺揚げ 切干大根のカニカマごま和え かぼちゃの味噌汁	卵不使用ビスケット お菓子	米 サラダ油 サラダ油 すりごま 三温糖 片栗粉	鶏肉 味噌 うす揚げ 味噌 カニカマ	切干大根 玉ねぎ 南瓜 人参 青のり しょうが にんにく
8 木	ウエハース	ごはん	シュウマイ レタスと桜エビのナムル もやしとコーンのスープ	幼:バナナ 未:バナナ お菓子	米 ごま油 三温糖 いりごま	ポークシュウマイ わかめ 干しえび	玉ねぎ 人参 もやし コーン ○バナナ
9 金	卵不使用ビスケット	ごはん	ツナとピーマンの卵焼き ラタトゥユ キャベツスープ	ぼたぼた焼きせんべい	米 三温糖 サラダ油	ツナ 卵 ベーコン 生クリーム	ズッキーニ 赤、黄パプリカ 人参 もやし 玉ねぎ ピーマン キャベツ にんにく ホールトマト缶
10 土	塩せんべい	ゆかりごはん	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 コーン にんにく もやし キャベツ エリンギ ピーマン
13 火	花花せんべい	ごはん	鮭のムニエルトマトソースがけ キャベツとささみのサラダ チーズミルフォンテ	☆ビスケットサンド	米 三温糖 パン粉 薄力粉 マヨネーズ サラダ油	鮭 卵 ベーコン 鶏ささみ 粉チーズ ○生クリーム	もやし 人参 キャベツ 玉ねぎ コーン ピーマン トマト
14 水	クラッカー	ポークハヤシライス	ポークカレーシチュー 野菜と福神漬けの和え物	根昆布あられ お菓子	米 じゃが芋 三温糖 サラダ油 いりごま カレールウ	豚肉 豆乳	玉ねぎ 人参 福神漬け コーン キャベツ きゅうり にんにく
15 木	お米リング	きなごごはん	秋のすき焼き煮 人参のきんぴら	未:卵不使用ビスケット 幼:ミレービスケット	米 サラダ油 しらたき 車麩 こんにゃく ごま油 三温糖	牛肉 豚肉 焼き豆腐 ちくわ	人参 白菜 しいたけ えのき いんげん ねぎ ピーマン
16 金	ココアスティック	ごはん	オイマヨチキン 和風ポテトサラダ マカロニスープ	☆未:フルーツゼリー 幼:ココアプリン	米 じゃがいも マヨネーズ マカロニ 三温糖	鶏肉 塩昆布 ○牛乳	人参 コーン もやし きゅうり 玉ねぎ
17 土	野菜スティック	かつおふりかけごはん	じゃがいもそぼろ煮 バナナ	お菓子	米 じゃが芋 しらたき 車麩 三温糖	鶏肉 厚揚げ	キャベツ もやし 玉ねぎ 人参 いんげん バナナ
19 月	カリポテ	ごはん	酢豚 茹でブロッコリー にら卵スープ	牛乳かりんとう お菓子	米 サラダ油 マヨネーズ 片栗粉	豚肉 卵	玉ねぎ 人参 ピーマン たけのこ もやし にら しょうが ブロッコリー
20 火	花花せんべい	ごはん	さばの味噌煮 カラフル納豆和え わかめとさつま揚げのみそ汁	プリン	米 三温糖	さば たら 味噌 納豆 さつま揚げ ちくわ チーズ わかめ 味噌	人参 玉ねぎ しめじ コーン きゅうり キャベツ 切干大根 ねぎ しょうが
21 水	根昆布あられ	ごはん	さつまいもとひじきのかき揚げ ズッキーニのごまマヨ炒め 豆腐のすまし汁	☆ふかし芋	米 さつま芋 サラダ油 薄力粉 白練りごま マヨネーズ 三温糖	絹ごし豆腐 ひじき ちくわ 卵 カニカマ	玉ねぎ 人参 ズッキーニ きゅうり しめじ れんこん 切干大根 青のり
22 木	ビスコ	ごはん	チーズタッカルビ ブロッコリーサラダ 春雨スープ	☆フルーツポンチ	米 三温糖 春雨 さつまいも サラダ油 ごま油	鶏肉 チーズ ベーコン	人参 キャベツ きゅうり コーン にんにく しょうが ブロッコリー ○みかん缶 パイン缶 バナナ
23 金	ウエハース	ごはん	ちくわのあんからめ さつまいもとツナのサラダ 豚汁	野菜スティック お菓子	米 さつまいも 三温糖 サラダ 油 ごま油 マヨネーズ 片栗粉	ちくわ 豚肉 鶏肉 ツナ 味噌 焼き豆腐 うす揚げ コンデンスミルク	玉ねぎ 人参 きゅうり いんげん
24 土	卵不使用ビスケット	ごはん	おでん盛り合わせ みかん	お菓子	米 じゃが芋 車麩 片栗粉 三温糖	焼き豆腐 厚揚げ ちくわ	大根 みかん 人参
26 月	クラッカー	ごはん	豚肉のバーベキューソース炒め キャベツとハムのサラダ ふかしのすまし汁	☆さつまいものカップケーキ	米 サラダ油 三温糖 おつゆ麩 ○ホットケーキミックス さつまいも グラニュー糖	豚肉 ふかし ハム うす揚げ ○卵 有塩バター	玉ねぎ 人参 キャベツ ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ
27 火	花花せんべい	超熟食パン	さつまいものマカロニクリームシチュー シーザーサラダ	☆鶏肉ときのこの炊き込みご飯	食パン じゃがいも さつまいも ホワイトソース マヨネーズ 片栗粉 ○米 三温糖	鶏肉 牛乳 ツナ 粉チーズ ○鶏肉 うす揚げ	人参 キャベツ 玉ねぎ きゅうり ブロッコリー コーン レモン果汁 ○しめじ
28 水	お米リング	ごはん	さつまいもと鶏肉のケチャップからめ 人参ラペ 豆乳コーンスープ	ベルギーワッフル	米 さつまいも 片栗粉 三温糖 サラダ油	鶏肉 豆乳 ツナ	玉ねぎ 人参 コーン ピーマン クリームコーン缶 オレンジジュース レモン果汁 にんにく しょうが
29 木	ココアスティック	焼肉ビビンバ丼	焼肉ビビンバ丼 きゅうりスティック えのきのすまし汁	ばりばりパンブキンせんべい	米 さつまいも マヨネーズ 片栗粉 三温糖 いりごま	豚肉 牛肉 卵 絹ごし豆腐	もやし 人参 小松菜 えのき にんにく
30 金	塩せんべい	ごはん	キャベツの甘辛炒め さつまいものレモン煮 わかめスープ	☆スイートポテト	米 さつまいも 三温糖 ごま油 サラダ油 ○メープルシロップ グラニュー糖 さつまいも	豚肉 わかめ 赤味噌 ○生クリーム 有塩バター	玉ねぎ 人参 ピーマン ねぎ いんげん もやし にんにく しょうが レモン果汁 キャベツ
31 土	ウエハース	中華丼	中華丼 人参スープ	お菓子	米 片栗粉 三温糖 ごま油	豚肉 わかめ	玉ねぎ 人参 白菜 ねぎ コーン しょうが にんにく

14日(水) 未満児は、『ポークカレー』→『ポークハヤシシチュー』になります。
20日(火) 未満児は、『さばのみそ煮』→『たらのみそ煮』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。