

## 予定献立表

		共通献立・おやつ	未満児主食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	からだの調子を整えるもの
1 木		けんちん汁 鰯の味噌焼き きゅうりとかにかまの酢の物 バナナ 牛乳 お菓子	ごはん	米	豆腐 油揚げ	大根 人参 ごぼう ねぎ
				砂糖 油 片栗粉	鰯 味噌	
				砂糖	かにかま	きゅうり きやべつ バナナ
				お菓子	牛乳	
2 金		焼きそば なめこスープ 大根サラダ パイナップル 牛乳 クリームたい焼き	焼きそば	蒸しラーメン 油	豚肉 青のり	きやべつ 人参 玉ねぎ ピーマン
				ごま油		なめこ ねぎ
				和風ごまドレッシング	ツナ	大根 きゅうり パイナップル
				クリームたい焼き	牛乳	
3 土				憲法記念日		
4 日				みどりの日		
5 月				こどもの日		
6 火				振替休日		
7 水		スパゲティミートソース 卵スープ きやべつサラダ バナナ 牛乳 豆腐ドーナツ	スパゲティミートソース	スパゲティ	豚・鶏ひき肉 大豆 粉チーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト缶
					卵	ねぎ
				ごま油 ごま		きやべつ きゅうり コーン バナナ
				ホットケーキMix ごま油 砂糖	牛乳 豆腐	
8 木		ビビンバ わかめスープ ブロッコリーのツナ和え パイナップル 牛乳 お菓子	ビビンバ	米 油 ごま 砂糖 ごま油	豚・鶏ひき肉	ねぎ 生姜 もやし 人参 ほうれん草
					わかめ	ねぎ
					ツナ	ブロッコリー パイナップル
				お菓子	牛乳	
9 金		じゃが芋の味噌汁 レバーの甘辛和え 小松菜の塩昆布和え キウイ お茶 フルーツヨーグルト	ごはん	米 じゃが芋	生揚げ 味噌	ねぎ
				片栗粉 油 砂糖 ごま	豚レバー	
					塩昆布	小松菜 人参 もやし
						キウイ
				砂糖	ヨーグルト	白桃・パイン・みかん缶
10 土		レタススープ オムレツ ささみと野菜のサラダ オレンジ 牛乳 お菓子	ごはん	米 ごま油		レタス コーン 人参
				バター	卵 牛乳	
				和風ごまドレッシング	ささみ	大根 きゅうり オレンジ
					お菓子	牛乳
11 日						
12 月		野菜汁 はんぺんフライ がごめ昆布の和え物 バナナ 牛乳 ココア蒸しパン	ごはん	米	味噌	きやべつ 人参 ごぼう 椎茸 ねぎ
				小麦粉 パン粉 油	はんぺん	粉パセリ
				ごま油	がごめ昆布 ちくわ	もやし きゅうり バナナ
				蒸しパン粉 ココア 砂糖	牛乳 卵	
13 火		カレーライス かぶスープ コールスローサラダ パイナップル 牛乳 お菓子	カレーライス	米 じゃが芋 バター カレールウ 小麦粉	豚肉 牛乳 脱脂粉乳	人参 玉ねぎ
						かぶ コーン 粉パセリ
				コールスロードレッシング	ハム	きやべつ きゅうり パイナップル
					お菓子	牛乳
14 水		春雨スープ 鮭のマヨソースがけ アスパラとベーコンのソテー オレンジ お茶 塩おむすび	バターロール	バターロール 春雨	かにかま	椎茸 ねぎ
				マヨネーズ	鮭 牛乳	粉パセリ
				油	ベーコン	アスパラ 黄ピーマン 人参 オレンジ
					米	
15 木		かきたま汁 豚肉のソース炒め マカロニサラダ キウイ 牛乳 レーズン お菓子	ごはん	米	卵 味噌	水菜
				油	豚肉	青・赤ピーマン もやし 玉ねぎ
				マカロニ マヨネーズ	ささみ	きゅうり キウイ
					お菓子	レーズン
16 金		わかめうどん 大豆のかき揚げ 白菜のおかか和え バナナ ジョア お菓子	わかめうどん	うどん	わかめ 鶏肉 なると	干椎茸 ねぎ
				小麦粉 油	大豆 しらす 青のり	玉ねぎ
					削り節	白菜 人参
				お菓子	ジョア	バナナ
17 土		もやしの味噌汁 ごぼうのチャプチエ レタスとツナの中華サラダ オレンジ 牛乳 お菓子	ごはん	米	生揚げ 味噌	もやし
				春雨 砂糖 ごま ごま油	豚肉	ごぼう 椎茸 赤ピーマン
				ごま油	ツナ	レタス きゅうり オレンジ
					お菓子	牛乳

		共通献立・おやつ	未満児主食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	からだの調子を整えるもの
18	日					
19	月	豚汁 ほっけの煮付け 小松菜のごま和え パイナップル 牛乳 人参パンケーキ	ごはん	米 じゃが芋 砂糖 ごま 砂糖 ホットケーキMix 砂糖 油	豚肉 豆腐 味噌 ほっけ 豚肉 烹き豆腐 味噌 牛乳 卵 生クリーム	人参 玉ねぎ ごぼう 白滝 ねぎ 生姜 小松菜 人参 パイナップル 人参
20	火	すき焼き風丼 ふの味噌汁 チンゲン菜のナムル キウイ 牛乳 お菓子 おやつ昆布(以上児)		米 砂糖 麩 ごま油 ごま お菓子	豚肉 烹き豆腐 味噌 チングン菜 人参 もやし キウイ 牛乳 おやつ昆布(以上児)	玉ねぎ 干椎茸 白滝 白菜 ねぎ チングン菜 人参 もやし キウイ
21	水	コーンラーメン しゅうまい 野菜の浅漬け ヨーグルト 牛乳 シュガーバタートースト	コーンラーメン	ラーメン しゅうまい ヨーグルト 食パン 砂糖 バター	豚肉 なると わかめ しゅうまい ヨーグルト 牛乳	コーン ねぎ きやべつ きゅうり 人参
22	木	八杯汁 さばの塩焼き ブロッコリーとささみの和え物 オレンジ 牛乳 カステラ		米 片栗粉 油 焙煎ごまドレッシング カステラ	豆腐 なると さば ささみ 牛乳	干椎茸 ねぎ 生姜 ブロッコリー もやし オレンジ
23	金	春の遠足～たんぽぽ・ひまわり・さくら組は、お弁当をお願いします。 ピクニック給食(つぼみ・ちゅうりっぷ組) 鶏の唐揚げ 卵焼き きゅうりの浅漬け バナナ 牛乳・お菓子		おかかおにぎり	米 片栗粉 油 砂糖 油 お菓子	削り節 鶏肉 卵 牛乳
24	土	ほうれん草スープ ワインケチャップ 野菜とソーセージのソテー バナナ 牛乳 お菓子	ごはん	米 ごま油 油 お菓子	ワイン 魚肉ソーセージ 牛乳	ほうれん草 しめじ きやべつ 人参 ピーマン バナナ
25	日					
26	月	玉ねぎと卵の味噌汁 赤魚の照り焼き ひじききんぴら オレンジ お茶 にゅうめん	ごはん	米 砂糖 油 砂糖 油 そうめん 揚げ玉 砂糖	卵 味噌 赤魚 ひじき さつま揚げ 牛乳	玉ねぎ 生姜 人参 ごぼう オレンジ ほうれん草
27	火	生揚げの味噌汁 豚肉のみぞれ煮 野菜のしらす和え パイナップル 牛乳 お菓子		米 砂糖 しらす お菓子	生揚げ 味噌 豚肉 きらす 牛乳	えのき ねぎ 大根 きやべつ きゅうり 人参 パイナップル
28	水	人参ボタージュ ほきフライ アスパラとハムのサラダ キウイ 牛乳 さつまバター	クロワッサン	クロワッサン バター 小麦粉 油 マヨネーズ さつま芋 バター 砂糖	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム ほきフライ ハム 牛乳	人参 粉パセリ アスパラ コーン キウイ
29	木	根菜汁 鶏の照り焼き ほうれん草のなめ茸和え バナナ 牛乳 小魚 お菓子		米 油 お菓子	油揚げ 味噌 鶏肉 牛乳 小魚	大根 人参 ごぼう ねぎ 生姜 ほうれん草 もやし なめ茸 バナナ
30	金	カレーうどん ソーセージのパセリ揚げ かぶの浅漬け オレンジ 牛乳 ぶどうゼリー		うどん カレールウ 片栗粉 小麦粉 油 牛乳	鶏肉 なると 卵 魚肉ソーセージ 牛乳	玉ねぎ 干椎茸 ねぎ 粉パセリ かぶ きゅうり 人参 オレンジ ぶどうゼリー
31	土	ふのりとじゃが芋の味噌汁 肉豆腐 もやしのポン酢和え キウイ 牛乳 お菓子	ごはん	米 じゃが芋 砂糖 お菓子	ふのり 味噌 豚肉 烹き豆腐 削り節 牛乳	玉ねぎ ねぎ 白滝 もやし 水菜 人参 キウイ

\* 8日(木)・13日(火)・20日(火)主食は必要ありません。23日(金)は、遠足です。3, 4, 5歳児は、お弁当をお願いします。  
※都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。