



日付	献立名	材料名 (〇は午後おやつ材料)			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	
01 土	卵とじうどん さつま芋の黄金煮 パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆでうどん、さつまいも、砂糖、バター	〇牛乳、卵、鶏肉(もも皮なし)、かまぼこ、牛乳	パイン缶、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	〇米粉のカップケーキ(メープル) 〇牛乳(全園児)
<b>新入園児入園式</b>					
03 月	にっこりハヤシライス ベイクドポテト フルーツゼリー 牛乳(全園児)	米、じゃがいも、油、砂糖	牛乳、牛ひき肉、大豆(ゆで)	〇いちご、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム缶、赤ピーマン、グリーンピース(冷凍)、パセリ	〇いちご
04 火	食パン 白身魚のピカタ れんこんのゴマネーズ和え コンソメスープ	〇さつまいも、食パン、小麦粉、エッグケア、はるさめ、コンソメ、白ごま、砂糖	〇牛乳、すけとうだら、卵、ハム	にんじん、れんこん、たまねぎ、きゅうり、ピーマン、サニーレタス、パセリ	〇ふかし芋 〇牛乳(全園児)
05 水	にっこりおむすび 大豆入りつくね 大根とツナの中華和え バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、〇マカロニ、砂糖、ごま油、片栗粉、〇油	〇牛乳、鶏ひき肉、大豆(ゆで)、ツナ油漬缶、〇牛ひき肉、木綿豆腐、焼きのり、牛乳	バナナ、だいこん、たまねぎ、〇たまねぎ、えのきたけ、サラダ菜、〇トウモロコシ	〇マカロニナポリタン 〇牛乳(全園児)
06 木	ご飯 生揚げとひき肉の煮物 ウインナー入り卵焼き みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、砂糖、片栗粉	〇牛乳、生揚げ、卵、合びきミンチ、ウインナー、牛乳	たまねぎ、みかん缶、にんじん、しらたき、しいたけ、グリーンピース(冷凍)	〇メロンパン 〇牛乳(全園児)
07 金	ご飯 豚肉のインド風ソテー かぼちゃのホクホク和え わかめスープ	米、バター、砂糖、油、〇砂糖、コンソメ	〇牛乳、豚肉(もも・赤肉)、〇クリームチーズ、鶏がらスープ、カットわかめ	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン	〇カナッペ(クリームチーズ) 〇牛乳(全園児)
08 土	木の葉丼 青のりポテト バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、砂糖	〇牛乳、卵、かまぼこ、あおのり、牛乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ	〇かぼちゃマフィン 〇牛乳(全園児)
10 月	ご飯 鮭の照り焼き 胡瓜とわかめの酢の物 豚汁	米、〇食パン、〇バター、砂糖、〇砂糖、〇黒ごま、ごま油	〇牛乳、さけ、木綿豆腐、豚肉(もも・赤肉)、米みそ(甘みそ)、カットわかめ	きゅうり、たまねぎ、だいこん、にんじん、ごぼう、葉ねぎ、サニーレタス、しょうが	〇ごまトースト 〇牛乳(全園児)
11 火	トマトスパゲティ じゃが芋とウインナーのソテー ブロッコリー みかん缶 牛乳(全園児)	スパゲティ、じゃがいも、〇米、コンソメ、砂糖、油	牛乳、ツナ油漬缶、ウインナー	みかん缶、たまねぎ、トマトピューレ、にんじん、ブロッコリー、〇こまつな、セロリー	〇菜めしむすび 〇牛乳(全園児)
12 水	おむすび 鶏肉のねぎみそ焼き ほうれん草の中華あえ 豆腐のすまし汁	米、〇味パン、砂糖、白ごま、ごま油、〇砂糖、〇コンソメ、〇油	〇牛乳、鶏肉(胸皮なし)、木綿豆腐、〇牛ひき肉、米みそ(甘みそ)、カットわかめ	ほうれん草、もやし、〇たまねぎ、えのきたけ、にんじん、葉ねぎ、サラダ菜	〇ミートパン 〇牛乳(全園児)
13 木	クロワッサン ビーフシチュー ひじきゴママヨサラダ チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	クロワッサン、じゃがいも、ビーフシチュールーウ、エッグケア、白ごま、砂糖、油	〇牛乳、牛肉(もも・赤肉)、チーズ、ひじき、牛乳	〇バナナ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、マッシュルーム缶、コーン缶、グリーンピース(冷凍)	〇バナナ 〇牛乳(全園児)
14 金	ご飯 白身魚の五目あんかけ ニラ卵もやし炒め いちご 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、〇砂糖、片栗粉、砂糖、ごま油、油	〇牛乳、すけとうだら、卵、〇きな粉、牛乳	〇かぼちゃ、いちご、もやし、にんじん、たまねぎ、にら、しいたけ、葉ねぎ、しょうが	〇かぼちゃのきな粉かけ 〇牛乳(全園児)

日付	献立名	材料名 (〇は午後おやつ材料)			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	
15 土	焼きそば ブロッコリーとコーンのソテー みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆで中華めん、油	〇牛乳、豚肉(ばら)、牛乳	みかん缶、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ピーマン	〇ピープ 〇牛乳(全園児)
17 月	麦ご飯 さわらのかば焼風 ひじきの卵焼き 田舎汁	米、〇食パン、〇エッグケア、片栗粉、押麦、油、砂糖	〇牛乳、さわら、卵、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、〇ベーコン、油揚げ、ひじき	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ、しょうが	〇カリカリトースト 〇牛乳(全園児)
18 火	味パン 鶏肉とじゃが芋のクリーム煮 春キャベツとハムのサラダ チーズ 牛乳(全園児)	味パン、じゃがいも、ホワイトソース、コンソメ	牛乳、鶏肉(もも皮なし)、チーズ、ハム、脱脂粉乳	〇オレンジ・ネーブル、たまねぎ、キャベツ、にんじん、トウモロコシ(芽ばえ)、コーン缶、パセリ	〇ネーブル
19 水	ご飯 麻婆豆腐 ちくわともやしのソテー 麩のすまし汁	米、〇ホットケーキミックス、焼ふ、片栗粉、砂糖、油、ごま油	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、〇調製豆乳、ちくわ、米みそ(甘みそ)、カットわかめ	たまねぎ、もやし、にんじん、ピーマン、にら、干しいたけ	〇チョコ蒸しパン(0・1歳児はチョコなし) 〇牛乳(全園児)
<b>ひまわり・さくらはお弁当</b>					
20 木	ご飯 白身魚のカレーあんかけ じゃが芋のそぼろ煮 パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、〇砂糖、砂糖	すけとうだら、鶏ひき肉、牛乳	〇りんご天然果汁、パイン缶、たまねぎ、にんじん、トウモロコシ、しいたけ、しょうが	〇アップルゼリー 〇クラッカー
21 金	春野菜のスパゲティ ブロッコリーと卵のサラダ キウイ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	スパゲティ、〇食パン、〇砂糖、コンソメ、油	〇牛乳、卵、ベーコン、ツナ油漬缶、〇きな粉、牛乳	キウイフルーツ、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ、スナップえんどう、しめじ	〇きなこサンドイッチ 〇牛乳(全園児)
22 土	プルコギ丼 さつま芋の甘煮 チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、さつまいも、砂糖、片栗粉、白ごま、ごま油	〇牛乳、牛肉(もも・赤肉)、チーズ、米みそ(甘みそ)、牛乳	〇バナナ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、にら、しょうが	〇バナナ 〇牛乳(全園児)
24 月	ご飯 生揚げのみそ炒め ほうれん草のごま酢あえ えのきたけわかめのすまし汁	米、〇ホットケーキミックス、砂糖、片栗粉、白ごま、油	〇牛乳、生揚げ、豚肉(もも・赤肉)、鶏ささ身、米みそ(甘みそ)、カットわかめ	たまねぎ、ほうれん草、にんじん、〇オレンジ天然果汁、えのきたけ、ピーマン、〇マーマレード、干しいたけ	〇オレンジ蒸しパン 〇牛乳(全園児)
25 火	キャロットごはん ハンバーグ スパゲティサラダ いちご 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、〇パイ生地、じゃがいも、サラダ用スパゲティ、エッグケア、〇グラニュー糖、コンソメ	〇牛乳、合びきミンチ、ハム、木綿豆腐、牛乳	いちご、たまねぎ、にんじん、きゅうり、サラダ菜、パセリ	〇くるくるシュガーパイ 〇牛乳(全園児)
26 水	ドライカレー ウインナーともやしのソテー ブロッコリー バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、〇フライドポテト、〇油、油	〇牛乳、豚ひき肉、大豆(ゆで)、ウインナー、牛乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、もやし、ブロッコリー、トウモロコシ、ピーマン	〇フライドポテト 〇牛乳(全園児)
27 木	チーズパン 和風ポトフ 春キャベツとツナのサラダ フルーツゼリー 牛乳(全園児)	チーズパン、じゃがいも、〇砂糖、コンソメ	牛乳、〇ヨーグルト(無糖)、鶏肉(もも皮なし)、ツナ油漬缶、〇スキムミルク	〇パイン缶、たまねぎ、キャベツ、にんじん、だいこん、コーン缶、きゅうり、しめじ、パセリ	〇パインヨーグルト
28 金	麦ご飯 さわらの塩こうじ焼き 小松菜の錦糸和え 納豆のおみそ汁	米、〇食パン、押麦、砂糖	〇牛乳、さわら、木綿豆腐、卵、挽きわり納豆、米みそ(甘みそ)	こまつな、にんじん、えのきたけ、〇りんごジャム、サラダ菜、葉ねぎ、〇ブルーベリージャム	〇こいのぼり サンドイッチ 〇牛乳(全園児)

は、手作りおやつです。 は、お誕生日会です。

3歳未満児の朝のおやつはお菓子です。3歳以上児の朝のおやつはありません。

