

日付	献立名	材料名 (〇は午後おやつ材料)			おやつ (〇は午後おやつ)
		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	
01 土	ジャージャーうどん チーズポテト パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	干しうどん、じゃがいも、油、砂糖、片栗粉	〇牛乳、豚ひき肉、大豆(ゆで)、米みそ(甘みそ)、チーズ、牛乳	パイン缶、たまねぎ、にんじん、もやし、グリーンピース(冷凍)	〇ドーナツ 〇牛乳(全園児)
03 月	鬼ドライカレー 金棒ポテト 青りんごゼリー 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、〇砂糖、油、パン粉、カレーパウダー	〇牛乳、豚ひき肉、大豆(ゆで)、〇豆乳生クリーム、豆乳、牛乳	たまねぎ、にんじん、〇いちご、ピーマン、グリーンピース	〇いちごクレープ 〇牛乳(全園児)
04 火	麦ご飯 鱈のごまマヨドレ焼き じゃが芋のソテー 大根のおみそ汁	米、じゃがいも、〇コッペンパン、マヨドレ、押麦、白ごま、〇油、〇砂糖、〇グラニュー糖、砂糖、油	〇牛乳、さくら、ベーコン、米みそ(甘みそ)、油揚げ、〇きな粉	だいこん、ピーマン、えのきたけ、サラダ菜、葉ねぎ、レモン果汁	〇きなこパン 〇牛乳(全園児)
05 水	ご飯 生揚げの中華風煮 チーズサラダ キウイ牛乳(全園児)	米、エッグケア、〇砂糖、砂糖、片栗粉、油	牛乳、生揚げ、〇ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、チーズ、〇スキムミルク	レタス、たまねぎ、キウイフルーツ、にんじん、〇みかん缶、しいたけ、コーン缶、ねぎ、しょうが	〇みかんヨーグルト 〇牛乳(全園児)
06 木	きのこスパゲティ ひじき入り卵焼き パイン缶 牛乳(全園児)	スパゲティ、コンソメ、砂糖	牛乳、卵、鶏肉(もも皮なし)、ひじき、〇牛乳	パイン缶、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、えのきたけ、しいたけ、エリンギ、〇いちごジャム・低糖度	〇いちごカナッペ 〇牛乳(たんぼぼ〜ゆり)
07 金	クロワッサン 鮭のチーズムニエル 切干大根のサラダ 青のりポテト 牛乳(全園児)	クロワッサン、じゃがいも、エッグケア、油、小麦粉、砂糖	牛乳、さけ、ハム、粉チーズ、あおのり、〇牛乳	〇バナナ、きゅうり、にんじん、切り干しだいこん、レモン果汁	〇バナナ 〇牛乳(たんぼぼ〜ゆり)
08 土	他人丼 ブロッコリーとコーンのソテー チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、砂糖、油	〇牛乳、卵、牛肉(もも・赤肉)、チーズ、かまぼこ、牛乳	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン缶、しいたけ、葉ねぎ	〇メロンパン 〇牛乳(全園児)
10 月	ごましおご飯 かれのの照り焼き えのきとササミの中華和え 豆腐のおみそ汁	米、〇焼ふ、〇バター、砂糖、〇砂糖、片栗粉、ごま油	〇牛乳、かろう、木綿豆腐、鶏ささ身、錦糸卵、米みそ(甘みそ)、油揚げ、〇きな粉	たまねぎ、えのきたけ、きゅうり、葉ねぎ、サニーレタス、レモン果汁	〇おふのラスク 〇牛乳(全園児)
12 水	ご飯 肉じゃが 小松菜のおかか和え オレンジ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	じゃがいも、米、〇食パン、〇エッグケア、砂糖、油	〇牛乳、牛肉(もも・赤肉)、〇ピザ用チーズ、ちくわ、かつお節、牛乳	オレンジ、たまねぎ、こまつな、にんじん、しらたき、グリーンピース(冷凍)	〇チーズトースト 〇牛乳(全園児)
13 木	食パン 鶏肉のバーベキューソース ひじきのマリネ かきたまスープ	〇さつまいも、食パン、砂糖、油、コンソメ	〇牛乳、鶏もも肉、卵、ハム、ひじき	きゅうり、たまねぎ、にんじん、サニーレタス	〇焼きいも 〇牛乳(全園児)
14 金	鮭チーズごはん ハートのクロック 春雨ソテー バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、〇ホットケーキミックス、はるさめ、〇砂糖、油、〇油、クロック	〇牛乳、〇調製豆乳、錦糸卵、チーズ、牛乳	バナナ、にんじん、チンゲンサイ	〇ココアホットケーキ 〇牛乳(全園児)
15 土	わかめラーメン さつま芋の甘煮 みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆで中華めん、さつまいも、砂糖	〇牛乳、豚肉(もも・赤肉)、カットわかめ、牛乳	みかん缶、たまねぎ、にんじん、キャベツ、葉ねぎ	〇たい焼き 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 (〇は午後おやつ)
		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	
17 月	ゆかりおむすび さわらの塩こうじ焼き 大豆のチリコンカン 豚汁	米、じゃがいも、〇ホットケーキミックス、〇バター、〇油	〇牛乳、さわら、〇調製豆乳、木綿豆腐、大豆(ゆで)、鶏ひき肉、豚肉(もも・赤肉)、米みそ(甘みそ)	にんじん、〇ブルーベリージャム、たまねぎ、だいこん、ごぼう、葉ねぎ、しらたき、サラダ菜、レモン果汁	〇ブルーベリー マフィン 〇牛乳(全園児)
18 火	たまごとうどん ポテトとウインナーのチーズ焼き パイン缶 牛乳(全園児)	ゆでうどん、じゃがいも、砂糖	牛乳、〇牛乳、卵、牛肉(もも・赤肉)、とろけるチーズ、かまぼこ、ウインナー、油揚げ	パイン缶、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、葉ねぎ	〇いちごフルーチェ 〇牛乳(全園児)
19 水	麦ご飯 吉野煮 白菜とハムの白ドレ和え キウイ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、〇食パン、押麦、砂糖、片栗粉	〇牛乳、生揚げ、鶏肉(もも皮なし)、〇チーズ、ハム、〇ベーコン、牛乳	はくさい、にんじん、キウイフルーツ、だいこん、〇たまねぎ、〇コーン缶、しらたき、トウモロコシ、グリーンピース(冷凍)、〇ピーマン	〇ピザトースト 〇牛乳(全園児)
20 木	そぼろ丼 小松菜の梅白和え ゼリー 牛乳(全園児)	米、砂糖、ごま(乾)、ごま油	牛乳、卵、木綿豆腐、牛ひき肉、かまぼこ、米みそ(甘みそ)、〇牛乳	〇オレンジ、たまねぎ、にんじん、こまつな、しいたけ、葉ねぎ、うめびしお	〇オレンジ 〇牛乳(たんぼぼ〜ゆり)
21 金	ジャムサンド 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ いちご 牛乳(全園児)	食パン、じゃがいも、〇小麦粉、〇バター、油、〇砂糖、片栗粉、和風ドレッシング	牛乳、鶏もも肉、卵、ツナ水煮缶、〇卵、〇きな粉、〇牛乳	いちご、りんごジャム、きゅうり、にんじん	〇きなこクッキー 〇牛乳(たんぼぼ〜ゆり)
22 土	麻婆丼 ブロッコリーとツナのサラダ チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、フレンチドレッシング(乳化型)、砂糖、片栗粉、ごま油	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ツナ水煮缶、チーズ、米みそ(甘みそ)、牛乳	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ	〇ピープ 〇牛乳(全園児)
25 火	ご飯 鮭のごまみそ焼き れんこんのきんぴら 豆腐とわかめのすまし汁	米、〇食パン、〇メープルシロップ、砂糖、白ごま、ごま油、油	〇牛乳、さけ、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、ベーコン、カットわかめ	れんこん、にんじん、えのきたけ、ピーマン、サラダ菜	〇メープルトースト 〇牛乳(全園児)
26 水	ご飯 豆腐のチャンプルー ほうれん草の錦糸あえ パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、〇スマイルポテト、じゃがいも、砂糖、油	〇牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、錦糸卵、牛乳	パイン缶、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、もやし、にら	〇スマイルポテト 〇牛乳(全園児)
27 木	ロールパン チキンのクリーム煮 花野菜のソテー オレンジ 牛乳(全園児)	ロールパン、じゃがいも、〇米、シチューミックスクリーム、コンソメ、油	牛乳、鶏肉(もも皮なし)、スキムミルク、〇炊き込みわかめ	オレンジ、はくさい、たまねぎ、にんじん、カリフラワー、ブロッコリー、コーン缶、グリーンピース(冷凍)	〇わかめおむすび 〇牛乳(全園児)
28 金	ビーンズミートスパゲティ ひじきゴママヨサラダ ゼリー 牛乳(全園児)	スパゲティ、エッグケア、〇砂糖、白ごま、砂糖、油	牛乳、〇ヨーグルト(無糖)、牛ひき肉、大豆(ゆで)、ひじき、〇スキムミルク、錦糸卵	たまねぎ、にんじん、ピーマン、きゅうり、〇パイン缶、コーン缶	〇パインヨーグルト 〇牛乳(全園児)

♥ は、手作りおやつです。 🎁 は、お誕生会です。

🍴 は、ひまわり組とさくら組はすみれわくわくランチの日です。

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。

