

2日・16日 (月)

さわらの照り焼き
もやしの彩りあえ
なすのみそ汁

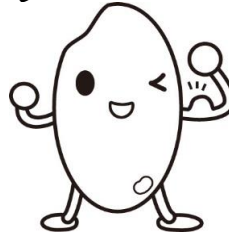
牛乳
お菓子



3日・17日 (火)

牛肉と蓮根の炒め物
アスパラソテー
わかめのスープ
(3日)
お茶
オレンジ
(17日)
お茶
おにぎり

牛乳
お菓子



4日・18日 (水)

あじのから揚げ
大根とツナのあえ物
レタスのスープ

牛乳
お菓子



5日・19日 (木)

ポークカレー
フルーツヨーグルト
(5日)
牛乳
ポンデケーキ
(19日)
牛乳
きなこラスク



6日・20日 (金)

鶏肉とたまごの煮物
いんげんのごまマヨ
麩のすまし汁

牛乳
お菓子



9日・23日 (月)

魚コーンマヨネーズ焼き
キャベツのたくあんあえ
チキンスープ

牛乳
お菓子



10日・24日 (火)

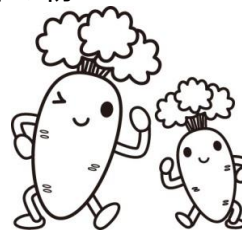
チンジャオロース
きゅうりのごま和え
中華スープ
(10日)
牛乳
カレー豚まん
(24日)
牛乳
バナナケーキ



11日・25日 (水)

さばのみそ煮
わかめの酢の物
根菜汁

牛乳
お菓子



12日・26日 (木)

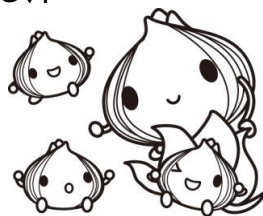
タンドリーチキン
ポテトサラダ
野菜スープ
(12日)
お茶
あじさいゼリー
(26日)
牛乳
お菓子



13日 (金)

えんどうのかき揚げ
ブロッコリーのおかか和え
豆腐のすまし汁

牛乳
お菓子



27日 (金)

完全給食
チャーハン
シュウマイ
アーモンド和え
中華スープ
ヤクルト
お茶
ヨーグルト

牛乳
お菓子



30日 (月)

かつおの南蛮漬け
小松菜のサラダ
切り干し大根のみそ汁

牛乳
お菓子



献立表

日付	献立名	材料名			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	
2 ・ 16 (月)	白飯(乳児のみ) さわらの照り焼き もやしの彩りあえ なすのみそ汁	砂糖、ごま油 片栗粉 米(乳児のみ)	さわら、みそ ごま、平天 油揚げ、わかめ 牛乳	もやし、なす たまねぎ、きゅうり にんじん、ねぎ	牛乳 お菓子
3 ・ 17 (火)	白飯(乳児のみ) 牛肉と蓮根の炒め物 アスパラソテー わかめのスープ	油、砂糖 米(乳児のみ)	牛肉、わかめ バター 牛乳(乳児のみ)	れんこん、コーン グリーンアスパラガス にんじん、たまねぎ にんにく、ねぎ	お茶 オレンジ(3日) おにぎり (17日)
4 ・ 18 (水)	白飯(乳児のみ) あじのから揚げ 大根とツナのおえ物 レタスのスープ	油、片栗粉 砂糖 米(乳児のみ)	あじ、ツナ油漬缶 ベーコン、ごま 牛乳	だいこん、たまねぎ にんじん、コーン レモン、レタス ブロッコリー	牛乳 お菓子
5 ・ 19 (木)	白飯(乳児のみ) ポークカレー フルーツヨーグルト	じゃがいも、油 砂糖 米(乳児のみ)	ヨーグルト、豚肉 脱脂粉乳、粉チーズ 牛乳	たまねぎ、にんじん みかん缶、バナナ パイナップル缶、もも缶 グリーンピース	牛乳 ボンデケーキ (5日) きなこラスク (19日)
6 ・ 20 (金)	白飯(乳児のみ) 鶏肉とたまごの煮物 いんげんのごまマヨ 麩のすまし汁	砂糖、マヨネーズ み 米(乳児のみ)	鶏肉、うずら卵 ごま 牛乳	だいこん、いんげん にんじん、ごぼう コーン、みつば えのきたけ	牛乳 お菓子
9 ・ 23 (月)	白飯(乳児のみ) 魚のコーンマヨ焼き キャベツのたくあん和え チキンスープ	マヨネーズ、小麦粉 油、マーガリン 米(乳児のみ)	さわら、鶏肉 ごま、粉チーズ 牛乳	きゅうり、キャベツ たくあん クリームコーン にんじん、ねぎ	牛乳 お菓子
10 ・ 24 (火)	白飯(乳児のみ) チンジャオロース きゅうりのごま和え 中華スープ	ごま油 米(乳児のみ)	豚肉、絹ごし豆腐 かにかまぼこ ごま 牛乳	たまねぎ、ピーマン たけのこ、きゅうり しめじ、にんじん チンゲンサイ、ねぎ	牛乳 カレー豚まん (10日) バナナケーキ (24日)
11 ・ 25 (水)	白飯(乳児のみ) さばのみそ煮 わかめの酢の物 根菜汁	砂糖 米(乳児のみ)	さば、鶏肉 わかめ、ちくわ 油揚げ、みそ 牛乳	きゅうり、だいこん ねぎ、にんじん しょうが	牛乳 お菓子
12 ・ 26 (木)	白飯(乳児のみ) タンドリーチキン ポテトサラダ 野菜スープ	じゃがいも マヨネーズ 米(乳児のみ)	鶏肉、ハム ヨーグルト 牛乳	キャベツ、きゅうり にんじん、たまねぎ しめじ、コーン にんにく	お茶 あじさいゼリー (12日) 牛乳 お菓子(26日)
13 (金)	白飯(乳児のみ) えんどうのかき揚げ ブロッコリーの おかか和え 豆腐のすまし汁	小麦粉、油 砂糖 米(乳児のみ)	木綿豆腐、えび 卵、わかめ かつお節 牛乳	ブロッコリー にんじん、ねぎ たまねぎ	牛乳 お菓子
27 (金)	完全給食 チャーハン シュウマイ アーモンド和え 中華スープ、ヤクルト	ごま油 砂糖 米	卵、焼き豚 ごま、わかめ 牛乳(乳児のみ)	ほうれんそう にんじん、だいこん たけのこ、ねぎ たけのこ、ピーマン コーン	お茶 ヨーグルト
30 (月)	白飯(乳児のみ) かつおの南蛮漬け 小松菜のサラダ 切り干し大根のみそ汁	油、片栗粉 砂糖 フレンチドレッシング 米(乳児のみ)	かつお、みそ 油揚げ、わかめ 牛乳	こまつな、たまねぎ 切り干しだいこん ほうれんそう にんじん、コーン	牛乳 お菓子

※18日(水)は、こあら組のクッキングです。

※20日(金)は5歳児合同保育のため、きりん組は白飯はいりません