


日	曜	献立	材 料	午後おやつ	補食			
1	15	29	月	ご飯 鶏肉のレモン煮 青菜ののり和え/スティック人参(甘煮) 味噌汁	米 鶏肉 レモン果汁 醤油 味酢 ほうれん草 もやし 刻みのり 醤油/人参 砂糖 かぶ 油揚げ 味噌	フレンチコロール 果物 牛乳	しらすおにぎり	
2		30	火	ご飯 カレイの煮つけ 切干大根/スティック胡瓜(塩) 味噌汁	米 カレイ 酒 砂糖 醤油 味酢 切干大根 人参 油揚げ 絹さや 砂糖 醤油 油 胡麻油/胡瓜 塩 キャベツ もやし 味噌	2. かしわもち 16・30. ベイクドチーズケーキ 果物 牛乳	きな粉トースト	
	16		火	お赤飯 鮭のフライ フルーツサラダ/フチトマト すまし汁	米 もち米 ささげ ごま塩 鮭 卵 玉葱 バセリ 小麦粉 パン粉 マヨネーズ 塩 胡椒 油 パイン缶 みかん缶 胡瓜 レモン 塩 油/フチトマト 花麩 わかめ 椎茸 醤油 塩			
	17	31	水	タンメン ツナサラダ さつまいものレモン煮	生中華麺 豚肉 人参 白菜 もやし たら 長葱 干し椎茸 酒 醤油 味酢 塩 胡椒 油 胡麻油 キャベツ 胡瓜 人参 ツナ コーン 酢 砂糖 醤油 塩 油 さつまいも 砂糖 酒 レモン	鮭おにぎり(塩味) 果物 牛乳	チーズサンド	
	18		木	ご飯 豆腐ハンバーグ フロッコリーのおかか和え/トマト 味噌汁	米 豆腐 鶏挽肉 玉葱 人参 椎茸 パン粉 油 砂糖 醤油 味酢 片栗粉 フロッコリー 糸かつお 醤油/トマト じゃが芋 玉葱 わかめ 味噌	ジャムサンド 果物 牛乳	ツなおにぎり	
	19		金	かやくご飯 鱈の塩焼き 胡瓜の酢の物/煮豆 味噌汁	米 人参 ごぼう 油揚げ こんにゃく 干し椎茸 絹さや 酒 醤油 味酢 塩 油 鱈 塩 胡瓜 わかめ しらす 醤油 酢 砂糖/大正金時 砂糖 塩 小町麩 玉葱 しめじ 味噌	きな粉蒸しパン 果物 牛乳	青のりラスク	
6	20		土	ふりかけご飯 鶏肉のガーリック煮 もやしと胡瓜のサラダ/パイン缶 味噌汁	米 ふりかけ 鶏肉 にんにく 生姜 酒 醤油 砂糖 酢 もやし 胡瓜 砂糖 酢 醤油 油/パイン缶 庄内麩 玉葱 えのき 味噌	お菓子 果物 牛乳	ジャムサンド (お菓子)	
8	22		月	8. たけのご飯/22. ツナとグリーンピースのご飯 鮭の西京焼き 梅ドレッシングサラダ/南瓜の甘煮 すまし汁	米 酒 醤油 砂糖 たけのこ 油揚げ 絹さや/米 ツナ グリーンピース 塩 鱈 酒 味噌 味酢 アスパラ キャベツ コーン 油 酢 砂糖 醤油 梅干し/南瓜 砂糖 醤油 豆腐 わかめ 長葱 醤油 塩		ふりかけおにぎり 果物 牛乳	サンドイッチ
9	23		火	★春野菜カレー 春雨サラダ 三角チーズ	米 鶏肉 キャベツ アスパラ 人参 玉葱 じゃが芋 バター 小麦粉 カレー粉 牛乳 ケチャップ ソース はちみつ にんにく 塩 胡椒 油 春雨 人参 胡瓜 ハム コーン 酢 砂糖 醤油 油 胡麻油 三角チーズ		ぶどうゼリー・おせんべい 果物 牛乳	コーン茶飯おにぎり
10	24		水	ご飯 としかつ キャベツと人参の和え物/フロッコリー 味噌汁	米 鶏肉 塩 胡椒 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ ソース 味酢 キャベツ 人参 胡瓜 砂糖 醤油/フロッコリー マヨネーズ かぶ しめじ 味噌	簡単ピザ 果物 牛乳	ジャムサンド	
11	25		木	食パン(ジャム) 鶏肉のケチャップ煮 カレーポテト/キャンディチーズ 洋風スープ	食パン ジャム 鶏肉 人参 玉葱 ケチャップ 塩 胡椒 じゃが芋 カレー粉 塩/キャンディチーズ もやし コーン わかめ 醤油 塩 胡椒	11. マカロニみたらしあん 25. マカロニきな粉 果物 牛乳	ふりかけおにぎり	
12	26		金	きつねうどん さつまいもサラダ うずらの卵	乾麺 油揚げ 人参 青菜 刻みのり 酒 砂糖 醤油 味酢 塩 さつまいも 人参 胡瓜 コーン レーズン マヨドレ 塩 うずらの卵 塩	12. しらすおにぎり 26. お誕生日ケーキ 果物 牛乳	クラッカーサンド	
13	27		土	ふりかけご飯 鶏肉のうま煮 ツナのもやし和え/みかん缶 味噌汁	米 ふりかけ 鶏肉 大根 人参 絹さや 油 砂糖 醤油 味酢 ツナ もやし 醤油 塩/みかん缶 キャベツ 油揚げ 味噌	お菓子 果物 牛乳	ジャムサンド (お菓子)	

2日(月) こどもの日集会 16日(火) 開園記念日 19日(金) お料理体験 26日(金) お誕生日会

♪朝おやつは1歳です。果物とおせんべい・クッキーなどができます。
 ♪果物は、キウイ・清美オレンジ・甘夏・いちごです。
 ♪材料の都合により、多少の変更があります。
 ♪食材をよくご確認ください。ご不明な点がございましたら栄養士までご相談下さい。
 ♪★は新メニューです。

