

日付/曜日		おやつ	主材料
1日(火)	カレーライス・中華サラダ	☆お好み焼き・牛乳	豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・グリーンピース/ハム・キャベツ・ワカメ・ごま油
2日(水)	(こどもの日) 鯉のぼり・魚の磯辺揚げ・スパゲティー・すまし汁・ゼリー	☆人参蒸しパン・牛乳	チーズ・のり/魚・天ぷら粉・青のり/スパゲッティー/ブロッコリー/蒲鉾/ミカン缶
3日(木)	憲法記念日		
4日(金)	みどりの日 		
5日(土)	こどもの日 		
7日(月)	ごはん・肉じゃが・若竹汁・果物	☆イチゴジャムサンド・牛乳	豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・グリーンピース/豆腐・卵・竹の子・玉ねぎ/リンゴ
8日(火)	ごはん・鮭の照り焼き焼き・かぼちゃごし・キャベツの味噌汁	チーズ・果物・牛乳	鮭/かぼちゃ・なす・人参・ごま/キャベツ・玉ねぎ
9日(水)	三色丼・けんちん汁	☆ミカンゼリー・牛乳	鶏ひき肉・卵・しょうが・インゲン豆/豆腐・大根・ごぼう・小ネギ・干しいたけ
10日(木)	ごはん・高野豆腐フライ・ひじき炒め・白菜の味噌汁・果物	☆いももち・お茶	高野豆腐・卵・小麦粉・パン粉/竹輪・人参・玉ねぎ・ひじき/白菜・玉ねぎ/リンゴ
11日(金)	ごはん・魚のねぎ味噌焼き・切り干し大根の煮物・ほうれん草の味噌汁	☆ふラスク・牛乳	魚・小ネギ/天ぷら・切り干し大根・人参・玉ねぎ/ほうれん草・玉ねぎ・人参
12日(土)	ミートスパゲッティー・ワカメ入り卵スープ・果物	☆五平もち・スキムミルク	合い挽き肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・しめじ・トマト缶/卵・玉ねぎ・ワカメ/バナナ
14日(月)	竹の子ごはん・タイのすり身スープ・果物	☆ハムサンド・牛乳	油揚げ・竹の子・人参/タイのすり身・人参・玉ねぎ・小ネギ/リンゴ
15日(火)	ごはん・五目卵焼き・春雨サラダ・ニラスープ	☆コーン蒸しパン・牛乳	卵・ツナ缶・人参・玉ねぎ/春雨・人参・ブロッコリー/ニラ・干しいたけ・大根
16日(水)	ごはん・鮭フライ・おから炒め・キャベツの味噌汁	果物・おかし・牛乳	鮭・卵・小麦粉・パン粉/おから・油揚げ・干しいたけ・小ネギ/キャベツ・玉ねぎ
17日(木)	ビビンバ丼・切り干し大根のマリネ・ワカメスープ	☆リンゴホットケーキ・お茶	合い挽き肉・ニンニク・もやし/ハム・切り干し大根・ごま油/ワカメ・エノキ・玉ねぎ
18日(金)	(お誕生日) アンパンマン・煮込バーグ・マカロニサラダ・オニオンスープ・果物	☆イチゴババロア・牛乳	チーズ・人参・のり/合い挽き肉・卵・パン粉/マカロニ・きゅうり/玉ねぎ/ミカン缶
19日(土)	鶏うどん・かぼちゃの煮物・果物	☆鮭おにぎり・スキムミルク	鶏肉・蒲鉾・玉ねぎ・人参・小ネギ/かぼちゃ・グリーンピース/バナナ
21日(月)	ごはん・高野豆腐の卵とじ・春野菜とベーコンのスープ・果物	☆ドーナッツ・お茶	高野豆腐・卵・玉ねぎ・人参・マロニー/ベーコン・キャベツ・人参・玉ねぎ/リンゴ
22日(火)	ごはん・魚のマヨネーズ焼き・ブロッコリーのおかか和え・すまし汁	果物・おかし・牛乳 	魚/卵・かつお節・ブロッコリー/竹輪・玉ねぎ・人参・エノキ
23日(水)	マーボー豆腐丼・かきたま汁・果物	☆黒糖蒸しパン・牛乳	豆腐・合い挽き肉・もやし・ニラ・干しいたけ・ゴマ油/卵・玉ねぎ・人参/ミカン缶
24日(木)	グリーンピースごはん・鮭の甘酢あんかけ・大根の味噌汁	☆ヨーグルトゼリー・牛乳	グリーンピース/鮭・エノキ・人参・玉ねぎ/大根・玉ねぎ・小ネギ
25日(金)	ごはん・豚肉とアスパラのしょうが焼き・ポテトサラダ・ナスの味噌汁	☆ココアトースト・牛乳	豚肉・しょうが・アスパラ・玉ねぎ/じゃがいも・きゅうり・人参/ナス・玉ねぎ
26日(土)	焼きそば・かぼちゃの味噌汁・果物	☆ワカメおにぎり・スキムミルク	豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし/豆腐・玉ねぎ・かぼちゃ・小ネギ
28日(月)	シチュー・ほうれん草の胡麻和え 	☆きなこ蒸しパン・お茶	豚肉・牛乳・玉ねぎ・人参・じゃがいも・かぼちゃ/納豆・ほうれん草・ゴマ
29日(火)	ごはん・魚の竜田揚げ・インゲンの和え物・豚汁	☆リンゴゼリー・牛乳	魚・片栗粉/インゲン豆・人参/豚肉・さつまいも・人参・玉ねぎ・ごぼう・大根
30日(水)	親子丼・豆腐と小松菜の味噌汁・果物	☆プアマンケーキ・牛乳	豚肉・卵・人参・玉ねぎ・のり/豆腐・油揚げ・玉ねぎ・小松菜/バナナ
31日(木)	ごはん・鮭のタルタル焼き・付け野菜・ウィンナースープ	果物・おかし・牛乳	鮭/卵・玉ねぎ/ブロッコリー/ウィンナー・キャベツ・人参

◎食材購入等の都合により、献立を変更する場合があります。

◎主材料は、昼食の主な材料のみを表示します。

◎☆印がついているおやつは、保育園で作っています。

◎保育園では、お米に十六穀米や麦を入れて提供しています。

◎0歳時の離乳食は、その日の材料から使用できる食材で作ります。