

日	曜	黄	献立名	主要材料		
				赤 血や肉になる	黄 熱や力になる	緑 体の調子を整える
17	水	ごはん	さばの煮つけ けんちん汁 フルーツ	さば 豚肉 豆腐 油揚げ	砂糖 かたくり粉 油 里芋	小松菜 生姜 人参 ごぼう 葉ねぎ フルーツ
		☆	ココアプリン・牛乳	牛乳	ココアプリンの素	
18	木	ごはん	豚肉の生姜焼き キャベツとハムのサラダ フルーツ	豚肉 ハム わかめ	油 砂糖 油	人参 玉ねぎ ピーマン 生姜 キャベツ 人参 きゅうり フルーツ
		☆	クラッカー・サト・牛乳	ハム チーズ 牛乳	クラッカー ジャム	きゅうり
19	金	ごはん	白身魚の新緑揚げ ブロッコリー むらくもスープ フルーツ	白身魚 卵	油 小麦粉	パセリ ブロッコリー 人参 玉ねぎ パセリ フルーツ
		☆	きなこトースト・牛乳	きなこ 牛乳	食パン 砂糖 バター	
※ 20	土	ごはん	みそラーメン ウインナー フルーツ	豚肉 かまぼこ わかめ みそ ウインナー	中華麺	玉ねぎ 人参 もやし コーン 葉ねぎ フルーツ
		☆	お菓子・牛乳	牛乳		
22	月	ごはん	鮭の黄金焼き スナップエンドウ ひじきサラダ フルーツ	鮭 チーズ ハム ひじき ちりめん	マヨネーズ ごま 砂糖 油	人参 パセリ スナップエンドウ ほうれん草 人参 フルーツ
		☆	コンソメポテト・牛乳	牛乳	フレンチポテト 油	
23	火	ごはん	ハンバーグ ミックス豆のスープ フルーツ	豚ひき肉 卵 鶏レバー 牛乳 ミックスビーンズ ベーコン	パン粉 砂糖 じゃがいも	人参 玉ねぎ トマト ケチャップ 人参 玉ねぎ セロリ パセリ フルーツ
		☆	豆乳パンケーキ・牛乳	豆乳 卵 豆腐 牛乳	砂糖 ホットケーキミックス バター	
24	水	ごはん	牛肉の甘辛煮 マカロニサラダ フルーツ	牛肉	砂糖 マカロニ マヨネーズ	生姜 竹の子 アスパラガス 人参 しめじ キャベツ 人参 きゅうり コーン フルーツ
		☆	お好み焼き・牛乳	卵 ハム 青のり 牛乳	小麦粉	葉ねぎ キャベツ コーン
※ 25	木	ごはん	チキンカレー れんこんのきんぴら フルーツ	鶏もも肉 豚肉	米 じゃがいも カールウ サラダ油 砂糖 いりごま	人参 玉ねぎ グリンピース 人参 れんこん フルーツ
		☆	プリンアラモード・牛乳	牛乳	プリンの素 ホイップ	いちご
26	金	うどん	かきあげ アスパラガスの酢味噌かけ フルーツ	桜エビ みそ	小麦粉 じゃがいも 油 砂糖	葉ねぎ(主食) 人参 玉ねぎ ごぼう いんげん アスパラガス フルーツ
		☆	フルーツヨーグルト・いりこ	ヨーグルト スキミミルク いりこ		黄桃缶 みかん缶 パイン缶
27	土		参観日	お弁当の日 (おかず入りのお弁当を持って来てください。)		

ひよこ・ちゅうりっぷ・たんぼぼ組  
《完全給食》

- ◎ 9時15分頃に牛乳とお菓子のおやつを食べます。
- ◎ 昼食には保育園で炊いたご飯80g~90gとおかず、フルーツを食べます。

すみれ・ひまわり・ゆり組  
《副食給食》

- ◎ 昼食にはお家から主食(白ごはん)を持って来てください。(4歳児でごはん110g程度)
- ◎ 誕生日会や行事食、土曜日の麺類の献立はお箸(スプーン・フォーク)だけ持って来てください。



- ◎ 15時のおやつは牛乳・手作りおやつを食べます。(牛乳のない日もあります。)
- ◎ 献立は毎月献立表で確認してください。
- ◎ 幼児組のごはんの量は目安です。初めは食べきれぬ量で慣れてきたら、徐々にごはんの量を増やしてください。
- ◎ ※印の日は乳児幼児ともにごはんはいりません。

