

ひまわりやすにしこども園

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	
16	木	「飯	肉野菜炒め 小松菜のチーズ和え フルーツ ☆牛乳・チーズラスク	鶏肉・いか チーズ・ちりめん 牛乳・粉チーズ	油・片栗粉 ごま・ごま油 ロールパン・マヨネーズ	玉葱・人参・ピーマン・キャベツ・しめじ・コーン 小松菜・キャベツ・人参 果物 パセリ
17	金	「飯	さわらの照り焼き ひじきの炒め煮 呉汁 ☆きなこぼたもち	さわら ひじき・豆腐・蒲鉾・油揚げ 水煮大豆・白みそ きな粉	砂糖 油・砂糖 板蕪・油揚げ 砂糖・精白米・もち米	人参・ピーマン 大根・ごぼう・葱
18	土		 ☆牛乳・お菓子	卒園式(お弁当の日)		
20	月	「飯	凍り豆腐の卵とじ 切干大根のごまネーズ フルーツ ☆牛乳・クラッカーサンド	鶏卵・凍り豆腐 ハム 牛乳・チーズ	砂糖・油 ごま・砂糖・マヨネーズ クラッカー・ジャム	人参・玉葱・ニラ 切干大根・小松菜 果物
22	水	「飯	ポークチャップ ひじきサラダ フルーツ ☆牛乳・小魚焼き	豚肉 ロースハム・ちりめん・ひじき 牛乳・ちりめん・鶏卵・青のり	油・砂糖 砂糖・油 お好み粉・お好みソース	小松菜・玉葱・人参・しめじ 小松菜・人参 果物 キャベツ
23	木	「飯	エビフライ ブロッコリー コンソメスープ ☆牛乳・あんぱたートースト	えび 牛乳・小豆	パン粉・小麦粉・油 じゃがいも 食パン・マーガリン・砂糖	ブロッコリー 人参・玉葱・パセリ
24	金	パン	豆腐ハンバーグ キャベツの塩昆布和え にんじんのポタージュ ☆牛乳・ココアプリン・いりこ	鶏ひき肉・豆腐・ひじき 塩昆布 牛乳・スキムミルク 牛乳・いりこ	パン粉・片栗粉 シチューの素 ココアプリンの素	玉葱・人参・干し椎茸・生姜 キャベツ 人参・玉葱・パセリ
25	土	中華麺	みそラーメン 人参シリシリ ☆牛乳・果物・お菓子	豚肉・蒲鉾・わかめ・みそ 鶏卵・ツナ 牛乳	中華麺 油 お菓子	人参・玉葱・もやし・コーン 人参 果物
27	月	「飯	生揚げのそぼろ煮 春雨の酢の物 フルーツ ☆牛乳・凍り豆腐のフレンチトースト	牛ひき肉・生揚げ ちりめん 牛乳・豆乳・凍り豆腐・きな粉	砂糖・じゃがいも 春雨・砂糖 砂糖	人参・玉葱・いんげん・生姜 人参・きゅうり・コーン 果物
28	火	「飯	鶏肉のみぞれ煮 野菜スープ フルーツ ☆鉄分ヨーグルト・昆布	鶏肉 ベーコン 鉄分ヨーグルト・昆布	砂糖・片栗粉	大根・葱 玉葱・人参・葱・もやし・しめじ 果物
29	水	「飯	クリームシチュー ほうれん草のノリノリ和え フルーツ ☆牛乳・じゃがバター	豚肉・牛乳・スキムミルク・粉チーズ 焼き海苔 牛乳	じゃがいも・シチューの素・油 ごま油 じゃがいも・マーガリン	人参・グリーンピース・玉葱 ほうれん草・人参・もやし・キャベツ 果物
30	木	「飯	ちくわの二色揚げ トマトとじゃこの和え物 ふのみそ汁 ☆牛乳・杏仁豆腐	ちくわ・青のり ちりめん・わかめ みそ・煮干し 牛乳・粉寒天	油・小麦粉・カレー粉 ごま・砂糖 砂糖	トマト 人参・玉葱・葱 フルーツ缶
31	金	「飯	麻婆豆腐 マカロニサラダ フルーツ ☆牛乳・マシュマロクリースピー	豆腐・合いびき肉・ちくわ・みそ 牛乳	ごま・片栗粉・油・砂糖 マカロニ・マヨネーズ マシュマロ・コーンフレーク・マーガリン	人参・玉葱・葱・えのき 人参・キャベツ・コーン・きゅうり 果物

赤色はゆり組さんのリクエストメニューです！