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
18	火	ごはん	五目炒り豆腐 キャベツのごま和え フルーツ	豆腐 牛ひき肉 ちくわ 卵 ちりめん	油 砂糖 ごま 砂糖	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン キャベツ 人参 フルーツ
		☆	ストロベリーゼリー・牛乳	牛乳	ストロベリーゼリー	
19	水	ごはん	さわらの照り焼き アスパラガスサラダ 生揚げのみそ汁 フルーツ	さわら 生揚げ みそ	小麦粉 油 砂糖 かたくり粉 マヨネーズ	アスパラガス 大根 玉ねぎ 人参 葱 フルーツ
		☆	クラッカーサンド・牛乳	ハム チーズ 牛乳	クラッカー いちごジャム	きゅうり
※ 20	木		ウインナーカレー ほうれん草とひじきのサラダ フルーツ	ウインナー スキムミルク ハム ちりめん ひじき	米 じゃがいも カレールウ 油 油 砂糖 ごま	人参 玉ねぎ グリンピース ほうれん草 人参 フルーツ
		☆	お誕生日ケーキ・牛乳	牛乳	ホットケーキミックス 油 砂糖 ホイップ	いちご
21	金	ごはん	白身魚の西京焼き レバニラ炒め 若竹汁 フルーツ	白身魚 みそ 鶏レバー 豆腐 わかめ	砂糖 砂糖	玉ねぎ 人参 ニラ 生姜 竹の子 人参 葱 フルーツ
		☆	おにぎり・牛乳	塩昆布 牛乳	米 ごま	
22	土	お弁当の日（おかず入りのお弁当を持って来てください）				
24	月	ごはん	肉豆腐 れんこんとひじきのサラダ フルーツ	牛肉 焼き豆腐 ひじき ツナ	油 砂糖 マヨネーズ ごま	玉ねぎ 人参 えのき 葱 れんこん 枝豆 フルーツ
		☆	フルーツゼリー・牛乳	牛乳	ゼリーの素	黄桃缶 パイン缶
25	火	ごはん	ポークビーンズ 小松菜のごま和え フルーツ	豚肉 水煮大豆 ちりめん	じゃがいも 油 砂糖 ごま 砂糖	人参 玉ねぎ ピーマン ケチャップ 小松菜 人参 フルーツ
		☆	フレンチトースト・牛乳	卵 牛乳	パン バター 砂糖	
26	水	ごはん	さばの塩焼き 切干大根のごまネーズ かぼちゃのみそ汁 フルーツ	さば ハム 油揚げ みそ	ごま 砂糖 マヨネーズ	切干大根 小松菜 かぼちゃ 玉ねぎ 葱 フルーツ
		☆	バナナヨーグルト	ヨーグルト スキムミルク		バナナ
27	木	ごはん	チーズコロッケ キャベツのスープ フルーツ	牛ひき肉 チーズ スキムミルク わかめ ベーコン	じゃがいも 小麦粉 パン粉 油	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ 人参 葱 フルーツ
		☆	豆腐ドーナツ・牛乳	豆腐 スキムミルク 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖	
28	金	ごはん	吉野煮 キャベツとわかめの酢の物 フルーツ	鶏肉 生揚げ わかめ	じゃがいも かたくり粉 砂糖 砂糖	大根 人参 さやいんげん キャベツ コーン 人参 フルーツ
		☆	バナナオムレット・牛乳	牛乳	ホットケーキミックス ホイップ	バナナ レモン汁

ひよこ・ちゅうりっぷ・たんぽぽ組
《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。
◎ 昼食にはこども園で炊いたごはん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)
◎ ※ 印の日はスプーンを持って来てください。
【行事食(カレー) シチューなど】
それ以外の日は園の箸を用意します。

◎ 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。)
◎ 幼児組のごはんの量は目安です。初めは食べきれる量で慣れてきたら、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。

子ども達が安心・安全で喜んで食べてくれる給食を作って行きます。
1年間よろしくお願いいたします。