

日曜	主食 (乳児)	献立	材 料 名		
			熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)
17 (木)	ご飯	白身魚の黄金焼き なすの炒め煮 むらくもスープ ☆牛乳・豆乳くずもち	マヨネーズ 砂糖、油 片栗粉	ホキ、チーズ 卵	にんじん なす、こまつな、にんじん たまねぎ、にんじん
18 (金)	ご飯	カレー豆腐 春雨としらすのごま酢和え 果物 ☆鉄分ヨーグルト	油、片栗粉 緑豆春雨、いりごま	木綿豆腐、豚肉 ちりめん	たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、干しいたけ きゅうり、にんじん 果物
19 (土)	うどん	冷やしうどん 人参シリシリ ☆牛乳・お菓子・果物	うどん 油	かまぼこ、油揚げ 卵、ツナ	たまねぎ、きゅうり、わかめ にんじん
21 (月)	ご飯	赤魚の煮付け キャベツのしそひじき和え すまし汁 ☆フルーツポンチ	砂糖	赤魚 木綿豆腐	キャベツ、しそひじき にんじん、えのきたけ、みつば、こんぶ
22 (火)	パン	畑のハンバーグ ミニトマト 野菜スープ ☆枝豆おむすび	片栗粉	合いびき肉、水煮大豆 ベーコン	たまねぎ、ひじき ミニトマト たまねぎ、しめじ、もやし、にんじん、葉ねぎ
23 (水)	ご飯	かぼちやのそぼろ煮 そうめん汁 果物 ☆牛乳・プリン・昆布	米、いりごま 油、砂糖 さといも、そうめん	ちりめん 豚ひき肉 みそ、ちくわ	えだまめ かぼちや、グリーンピース、しょうが にんじん、ごぼう、オクラ 果物
24 (木)	ご飯	キーマカレー トマトサラダ 果物 ☆牛乳・お誕生日クッキー	片栗粉 油	合いびき肉	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、しめじ、ピーマン トマト、きゅうり
25 (金)	ご飯	肉野菜炒め 切干大根のごまネーズ 果物 ☆牛乳・シャーベット(パイン)	小麦粉、無塩バター、砂糖 油、片栗粉 マヨネーズ、すりごま、砂糖	牛乳、卵 鶏肉、いか ロースハム	たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、コーン こまつな、切り干しだいこん 果物
26 (土)		 ☆牛乳・お菓子	お弁当の日		
28 (月)	ご飯	豚肉のみそ炒め スパゲティサラダ 果物 ☆牛乳・りんごゼリー	砂糖、油 スパゲティ、マヨネーズ	豚肉、みそ ツナ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン 果物
29 (火)	ご飯	ちくわの二色揚げ なすのソテー ふのすまし汁 ☆牛乳・とうもろこし蒸しパン	小麦粉、揚げ油 油 おつゆふ	ちくわ	りんごジュース、りんご、かんてん あおのり なす、チンゲンサイ えのきたけ、にんじん、みつば、こんぶ
30 (水)	ご飯	回鍋肉 バンサンスー 果物 ☆牛乳・スイートパンプキン	蒸しパンミックス 砂糖、ごま油 春雨、油、ごま、ごま油	豚肉、赤みそ 錦糸卵、かまぼこ	コーン キャベツ、にんじん、たまねぎ、たけのこ、ピーマン、しょうが きゅうり、にんじん、たまねぎ 果物
31 (木)	ご飯	サクサクチキン スティックきゅうり かぼちやスープ ☆牛乳・じゃこトースト	マーガリン、砂糖 コーンフレーク、マヨネーズ	牛乳 鶏もも肉 牛乳、スキムミルク 牛乳、ちりめん	かぼちや、レーズン きゅうり かぼちや、にんじん、たまねぎ

5日・12日・19日・24日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。



15日・26日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい

