

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17	月	ご飯 おでん 小松菜のチーズ和え 果物	牛乳 マカロニグラタン	米、こんにやく、小麦粉、マカロニ、マーガリン、砂糖、ごま、ごま油	牛乳、豚肉、鶏卵水煮、さつま揚げ、チーズ、チーズ、ベーコン、ちりめん	だいこん、にんじん、こまつな、キャベツ、たまねぎ、結び昆布
18	火	お弁当の日(お別れ遠足)				
			牛乳、フルーチェ	フルーチェの素	牛乳	もも
19	水	ご飯 さわらの甘酢あんかけ けんちん汁 果物	きなこぼたもち	米、もち米、砂糖、揚げ油、片栗粉、油	豆腐、さわら、豚肉、きな粉、油揚げ	だいこん、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ごぼう、ねぎ
21	金	パン 豆腐ハンバーグ いんげんのおかか和え 野菜スープ	枝豆おむすび	米、片栗粉、いりごま、ロールパン	鶏ひき肉、豆腐、ベーコン、ひじき、ちりめん、かつお節	たまねぎ、いんげん、にんじん、えだまめ、もやし、しめじ、ねぎ、しいたけ、しょうが
22	土	ミートスパゲティ コンソメスープ	牛乳 お菓子 果物	スパゲティ、メークイン、油、砂糖	牛ひき肉、チーズ	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、しめじ、ピーマン
24	月	ご飯 クリームシチュー フレンチサラダ 果物	牛乳 マカロニの安倍川	米、メークイン、マカロニ、砂糖、油	牛乳、豚肉、きな粉、ロースハム、チーズ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン、グリーンピース
25	火	ご飯 さばの塩焼き ひじきの炒め煮 わけぎのみそ汁	牛乳 フルーツポンチ	米、砂糖、油	牛乳、さば、豆腐、みそ、油揚げ、かまぼこ、煮干し、ひじき、さば	もも、みかん、パイナップル、だいこん、たまねぎ、にんじん、ピーマン、わけぎ
26	水	ご飯 からあげ ポテトサラダ コーンスープ	紅白まんじゅう	米、メークイン、小麦粉、片栗粉、マヨネーズ、砂糖、揚げ油	鶏もも肉、牛乳、こしあん、スキムミルク	コーン、にんじん、きゅうり、しょうが
27	木	ご飯 大根と豚肉の煮物 春雨の酢の物 果物	牛乳 じゃこトースト	米、食パン、春雨、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、豚肉、ちりめん、油揚げ	だいこん、にんじん、きゅうり、だいこんの葉、コーン、しょうが
28	金	ご飯 凍り豆腐の卵とじ ほうれん草のノリノリ和え 果物	牛乳 チヂミ	米、小麦粉、片栗粉、砂糖、ごま油、油	牛乳、卵、豆腐、凍り豆腐	にんじん、ほうれん草、キャベツ、たまねぎ、もやし、にら、のり
29	土	カレーうどん 粉ふき芋	牛乳 お菓子 果物	うどん、メークイン、油	牛肉、あおのり	たまねぎ、にんじん、ねぎ
31	月	ご飯 肉じゃが 花野菜の甘酢和え 果物	牛乳 豆乳くずもち	米、メークイン、糸蒟蒻、砂糖、片栗粉、油	牛乳、豆乳、牛肉、牛肉、きな粉	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、カリフラワー、グリーンピース



15日・18日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい



- ※ 19日・・・きなこぼたもち作り(幼児組・たんぽぽ組)
- 21日・・・枝豆おむすび作り(幼児組・たんぽぽ組)