



日 曜	昼 食	黄 :「ねつ」や「ちから」になる	赤 :「ち」や「にく」になる	緑 :「からだのちようし」をととのえる	昼のおやつ	朝のおやつ (3歳未満児)
1 土	かれーらいす おれんじ	米、じゃが芋、油、ルウ、 源氏パイ	豚肉、 スキムミルク、いりこ	人参、玉ねぎ、グリーンピース、しめじ オレンジ バナナ	すきむみるく げんじばい いりこ・ばなな	すきむみるく あすばらびすけつと
3 月	ごはん まーぼーどうふ おくらすーぶ	米、油、きび糖、片栗粉、ゴマ油、麩 ホットケーキミックス、ベーキングパウダー きび糖、油	豆腐、豚ひき肉、麦みそ、かつお節 スキムミルク、卵、	人参、たけのこ、玉ねぎ、なす、にら しいたけ、生姜、オクラ、白菜 かぼちゃ	すきむみるく ☆かぼちゃけーき	すきむみるく ばなな
4 火	ごはん とりにくのからあげ きゅうりのこんぶあえ みそしる	米、油、薄力粉、片栗粉 雪の宿	鶏肉、卵、いりこ、麦みそ スキムミルク、いりこ	きゅうり、人参、もやし、昆布、キャベツ わかめ、しめじ、ねぎ オレンジ	すきむみるく ゆきのやど いりこ・おれんじ	すきむみるく あんぱんまんびすけつと
5 水	ごはん じゃがいもきんぴら かきたますーぶ	米、油、じゃが芋、ゴマ、片栗粉 生クリーム、きび糖、アスパラビスケット	豚ひき肉、かつお節、卵、油揚げ スキムミルク	大根、人参、小松菜、白菜、ねぎ パイン(缶)、	すきむみるく ☆ばいんむーす あすばらびすけつと	すきむみるく くらっかー
6 木	ごはん さかなのあんかけ みそしる	米、片栗粉、油、里芋 マリービスケット	赤魚、かつお節、豆腐、いりこ、麦みそ スキムミルク、いりこ	玉ねぎ、人参、ピーマン、えのき、 チンゲン菜、もやし バナナ	すきむみるく まりーびすけつと いりこ・ばなな	すきむみるく かんぱん
7 金	ぱん くらむちやうだー まかにさらだ	パン、じゃが芋、薄力粉、バター、マカロニ マヨネーズ 米	鶏肉、スキムミルク、卵、カニスティック スキムミルク、さけ	白菜、人参、玉ねぎ、インゲン、きゅうり レタス、 昆布、枝豆	すきむみるく ☆さけおにぎり えだまめ	すきむみるく おれんじ
8 土	ごはん かぼちゃのそぼろに みそしる	米、油、片栗粉 ハーベストビスケット	鶏ひき肉、厚揚げ、かつお節、いりこ 麦みそ スキムミルク、いりこ	かぼちゃ、大根、玉ねぎ、グリーンピース キャベツ、人参、えのき、ねぎ バナナ	すきむみるく はーべすとびすけつと いりこ・ばなな	すきむみるく まんびすけつと
10 月	ごはん ふーちゃんぶる みそしる	米、麩、油、じゃが芋、 ホットケーキミックス、マヨネーズ	卵、ランチョンミート、かつお節、油揚げ いりこ、麦みそ スキムミルク、卵、ウインナー	キャベツ、人参、チンゲン菜、玉ねぎ ねぎ	すきむみるく ☆ういんなーぱん	すきむみるく まりーびすけつと
11 火	ちきんらいす きゃべつすーぶ	米、 源氏パイ	鶏ひき肉、豆腐、かつお節 スキムミルク、いりこ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、コーン キャベツ、わかめ、ねぎ バナナ	すきむみるく げんじばい いりこ・ばなな	すきむみるく あすばらびすけつと
12 水	ごはん ほしだいこんのうまに すいとんふうすーぶ	米、油、ワントンの皮 じゃが芋、サンザタ、上もち粉 ベーキングパウダー、油	豚肉、厚揚げ、かつお節 スキムミルク、卵	干し大根、人参、しいたけ、インゲン チンゲン菜、えのき、ねぎ	すきむみるく ☆じゃがいももち	すきむみるく おれんじ
13 木	ごはん かきあげ ゆずぼんあえ みそしる	米、じゃが芋、薄力粉、油、ゴマ チョコビスケット	しらす干し、卵、豆腐、いりこ、麦みそ スキムミルク、いりこ	人参、玉ねぎ、コーン、グリーンピース 白菜、きゅうり、かぼちゃ、もやし、ねぎ オレンジ	すきむみるく ちよいすびすけつと いりこ・おれんじ	すきむみるく あんぱんまんびすけつと
14 金	ごはん さつまいものうまに あおさじる	米、さつまいも、油、片栗粉、春雨 パン、きび糖、油	豚ひき肉、厚揚げ、かつお節 カニスティック スキムミルク、卵、	大根、玉ねぎ、人参、インゲン、青さ ねぎ	すきむみるく ☆ふれんちとーすと	すきむみるく ばなな
15 土	ごはん ちきんびーんず みそしる	米、じゃが芋、油、薄力粉、片栗粉 雪の宿(黒糖)	大豆、鶏肉、豆腐、いりこ、麦みそ スキムミルク、いりこ	玉ねぎ、なす、インゲン、しめじ、キャベツ 人参、ねぎ バナナ	すきむみるく ゆきのやど(こくとう) いりこ・ばなな	すきむみるく かんぱん
17 月	ごはん あつあげのそぼろに みそしる	米、じゃが芋、油、片栗粉 ホットケーキミックス、ベーキングパウダー きび糖、油	鶏ひき肉、厚揚げ、かつお節、卵、いりこ 麦みそ スキムミルク、卵	玉ねぎ、人参、インゲン、白菜 ほうれん草、えのき バナナ	すきむみるく ☆ばななけーき	すきむみるく くらっかー
18 火	ごはん さかなふらい もやしのごまあえ みそしる	米、薄力粉、パン粉、油、ゴマ、麩 ハーベストビスケット	赤魚、卵、いりこ、麦みそ スキムミルク、いりこ	もやし、人参、きゅうり、かぼちゃ、玉ねぎ ねぎ オレンジ	すきむみるく はーべすとびすけつと いりこ・おれんじ	すきむみるく まりーびすけつと
19 水	ぱん ぼてとぐらたん とまとすーぶ	パン、じゃが芋、マカロニ、薄力粉、バター パン粉、オリーブ油、 米、ふりかけ	ツナ、スキムミルク、ベーコン スキムミルク	玉ねぎ、人参、グリーンピース、キャベツ しめじ、小松菜、トマト 枝豆	すきむみるく ☆ふりかけおにぎり えだまめ	すきむみるく ばなな
20 木	ごはん にらたまあんかけ ちきんみそしる	米、じゃが芋、きび糖、片栗粉、里芋 源氏パイ	卵、カニスティック、スキムミルク、鶏肉 麦みそ スキムミルク、いりこ	にら、もやし、大根、人参、ねぎ バナナ	すきむみるく げんじばい いりこ・ばなな	すきむみるく まんびすけつと
21 金	ごはん ちーずはんぱーぐ はくさいのこんぶあえ みそしる	米、パン粉、マヨネーズ、じゃが芋 さつまいも、白玉粉、サンザタ	豚ひき肉、クリームチーズ、卵、豆腐 いりこ、麦みそ スキムミルク	ひじき、人参、玉ねぎ、白菜、きゅうり 昆布、チンゲン菜	すきむみるく ☆おさつだんご	すきむみるく おれんじ
22 土	ごはん こうやどうふのにつけ ちゅうかすーぶ	米、油、片栗粉、ゴマ油 チョコビスケット	鶏肉、高野豆腐、かつお節、卵 スキムミルク、いりこ	大根、人参、インゲン、しいたけ、もやし 玉ねぎ、小松菜 オレンジ	すきむみるく ちよいすびすけつと いりこ・おれんじ	すきむみるく あすばらびすけつと
24 月	ごはん はくさいのにくどうふに もずくすーぶ	米、油、片栗粉 薄力粉、バター、油、ジャム、きび糖 ベーキングパウダー	豚肉、豆腐、かつお節 スキムミルク、卵	白菜、人参、チンゲン菜、生姜、もずく オクラ、えのき、ねぎ	すきむみるく ☆まーまれーどまふいん	すきむみるく ばなな
25 火	ごはん ごもくいため どうにゅうみそしる	米、春雨、油、ゴマ油 雪の宿(黒糖)	豚肉、かつお節、油揚げ、豆乳、いりこ 麦みそ スキムミルク、いりこ	キャベツ、人参、玉ねぎ、インゲン チンゲン菜、大根 バナナ	すきむみるく ゆきのやど(こくとう) いりこ・ばなな	すきむみるく まりーびすけつと
26 水	<b>おたんじょうかい めにゅー</b>				すきむみるく けーき おれんじ	やくると あんぱんまんびすけつと
27 木	ごはん ちくぜんに すいとんふうすーぶ	米、油、片栗粉、ワントンの皮 薄力粉、サンザタ、ベーキングパウダー 油、ゴマ	鶏肉、かつお節、卵 スキムミルク、卵	れんこん、大根、人参、インゲン しいたけ、白菜、玉ねぎ、葉ねぎ	すきむみるく ☆あんだぎ	すきむみるく ばなな
28 金	ごはん さかなのてんぶら まよあえさらだ みそしる	米、薄力粉、油、マヨネーズ、じゃが芋 カルピス、クラッカー	赤魚、卵、ヨーグルト、いりこ、麦みそ スキムミルク	キャベツ、人参、きゅうり、もやし、えのき ねぎ みかん(缶)、桃(缶)	すきむみるく ☆かるびすぜりー くらっかー	すきむみるく かんぱん

※行事・材料等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。

・昼のおやつは手作りおやつです ・0歳児さんには離乳食をご用意いたします ・「朝のおやつ」は3歳未満児さんのみになります

☆ご入園・ご進級おめでとうございませう☆

子供たちが、みんなで一緒に給食を食べることに次第に慣れ、自分から食べる意欲が育っていくよう微力ながら、お手伝いさせていただきます。朝から元気に活動できるよう朝ごはんをしっかり食べて当園しましょう。

