

日曜	献立名	献立材料名			おやつ	
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	体の調子を整える食品	午後	材料名
1月	春色チャーハン シャーマンポテト お麩のすまし汁 ーロゼリー	ごま油 米 じゃが芋 油 小玉葱	ベーコン ウィンナー (無着色)	玉ねぎ 人参 アスパラガス コーン缶 卸ししょうが 卸しんにく もやし しいたけ 三ツ葉 ーロゼリー	牛乳 さくらクッキー	牛乳(飲料用) 小麦粉 グラニュー糖 バター じゃが芋
2火	鮭のパン粉焼き キャベツのおかか和え 玉ねぎのみそ汁 ごはん	マヨドレ 油 パン粉 さとう 米	生さけ 花かつお 合わせ味噌	パセリ キャベツ もやし 人参 玉ねぎ さやえんどう 乾燥わかめ	牛乳 ウイナーズコーン	牛乳(飲料用) 強力粉 塩 さとう ベーキングパウダー バター 牛乳 コーン缶 ウィンナー (無着色)
3水	ポロネーゼ そら豆のミルクスープ パナナ 食パン	スパゲッティ 油 じゃが芋 食パン	豚ひき肉 粉チーズ 牛乳 合わせ味噌	玉ねぎ 人参 しめじ 卸しんにく ダイストマト缶 ケチャップ そら豆 えのき パナナ	牛乳 カルシウムおにぎり	牛乳(飲料用) 米 青のり すりこま 花かつお ごま油 しょうゆ おにぎり用のり
4木	春野菜カレー 春雨サラダ オレンジ	じゃが芋 油 黒砂糖 バター 小麦粉 米 春雨 さとう ごま油 すりごま	鶏肉 牛乳 スライスチーズ	玉ねぎ 人参 アスパラガス ごぼう 卸ししょうが 卸しんにく ダイストマト缶 生わかめ キャベツ コーン缶 オレンジ	牛乳 うさぎのかぼちゃプリン 菓子	牛乳(飲料用) 南瓜 さとう 牛乳 アガー 生クリーム いちご 菓子
5金	豚肉の甘辛炒め 小松菜のみそ汁 でこぼん ごはん	油 さとう じゃが芋 米	豚肉 赤味噌	玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ ごぼう 小松菜 もやし でこぼん	牛乳 ミルククリームサンド	牛乳(飲料用) 食パン コーンスターチ 牛乳 さとう
6土	鶏そぼろ丼 もやしのみそ汁	油 米	鶏ひき肉 豆腐 合わせ味噌	人参 まいだけ ねぎ 卸ししょうが 小松菜 もやし	きなこ蒸しパン	小麦粉 ベーキングパウダー きな粉 さとう 牛乳
7日						
8月	豚汁 切干大根の煮物 ゆかりごはん	ごま油 油 さとう 米	豚肉 豆腐 赤味噌 油揚げ	大根 人参 えのき ねぎ 卸ししょうが 卸しんにく 切干大根 さやいんげん しそ粉	牛乳 あずき蒸しパン	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 ゆで小豆缶
9火	鯖のカレー焼き 金平ごぼう たけのこのみそ汁 ごはん	さとう ごま油 米	さわら 豆腐 合わせ味噌	ごぼう 人参 玉ねぎ たけのこ水煮 ほうれん草	牛乳 マカロニきなこ	牛乳(飲料用) マカロニ きな粉 さとう
10水	チャプチェ 小松菜のスープ でこぼん ごはん	春雨 ごま油 さとう すりごま じゃが芋 米	豚ひき肉	玉ねぎ 人参 しいたけ 卸しんにく 卸ししょうが 小松菜 えのき でこぼん	牛乳 青のりじゃこトースト	牛乳(飲料用) 食パン バター 青のり しらす干し しょうゆ
11木	鶏の照焼き アスパラのマヨ和え かぶのみそ汁 ごはん	マヨドレ 米	鶏肉 豆腐 合わせ味噌	玉ねぎ 卸しんにく アスパラガス 人参 キャベツ かぶ しいたけ	牛乳 チーズじゃがもち	牛乳(飲料用) じゃが芋 片栗粉 塩 ビザ用チーズ
12金	ポテトグラタン アスパラのスープ パナナ 食パン	じゃが芋 油 バター 小麦粉 食パン	鶏肉 牛乳 ビザ用チーズ ベーコン	人参 玉ねぎ しめじ コーン缶 アスパラガス セロリ もやし パナナ	牛乳 ツナひじきおにぎり	牛乳(飲料用) 米 ツナ缶 ひじき 人参 みりん しょうゆ おにぎり用のり
13土	五目うどん 小松菜の塩昆布和え	干めん ごま油	鶏肉 油揚げ	人参 しめじ ねぎ 小松菜 もやし 塩昆布	ゆかりおにぎり	米 しそ粉 おにぎり用のり
14日						
15月	春野菜カレー 春雨サラダ オレンジ	じゃが芋 油 黒砂糖 バター 小麦粉 米 春雨 さとう ごま油 すりごま	鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 アスパラガス ごぼう 卸ししょうが 卸しんにく ダイストマト缶 ケチャップ キャベツ コーン缶 オレンジ	牛乳 りんごゼリー 菓子	牛乳(飲料用) アガー グラニュー糖 100%りんごジュース 水 みかん缶 菓子
16火	鮭のパン粉焼き キャベツのおかか和え 玉ねぎのみそ汁 ごはん	マヨドレ 油 パン粉 さとう 米	生さけ 花かつお 合わせ味噌	パセリ キャベツ もやし 人参 玉ねぎ さやえんどう 乾燥わかめ	牛乳 ウイナーズコーン	牛乳(飲料用) 強力粉 塩 さとう ベーキングパウダー バター 牛乳 コーン缶 ウィンナー (無着色)
17水	チキンライス マカロニサラダ ジュリアンスープ でこぼん	油 米 マカロニ マヨドレ	鶏肉 ツナ缶 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ ビーマン ダイストマト缶 ケチャップ きゅうり コーン缶 キャベツ もやし えのき でこぼん	牛乳 とくだいびすけっと	牛乳(飲料用) 小麦粉 バター グラニュー糖 牛乳 レモン
18木	豆腐の五目うま煮 ニラスープ ヨーグルト ごはん	油 片栗粉 米	豚肉 豆腐 ヨーグルト	卸ししょうが 人参 玉ねぎ 小松菜 なら もやし しめじ	牛乳 ココアケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー 純ココア 牛乳 さとう バター
19金	ポロネーゼ そら豆のミルクスープ パナナ 食パン	スパゲッティ 油 じゃが芋 食パン	豚ひき肉 粉チーズ 牛乳 合わせ味噌	玉ねぎ 人参 しめじ 卸しんにく ダイストマト缶 ケチャップ そら豆 えのき パナナ	牛乳 カルシウムおにぎり	牛乳(飲料用) 米 青のり すりこま 花かつお ごま油 しょうゆ おにぎり用のり
20土	鶏そぼろ丼 もやしのみそ汁	油 米	鶏ひき肉 豆腐 合わせ味噌	人参 まいだけ ねぎ 卸ししょうが 小松菜 もやし	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
21日						
22月	豚汁 切干大根の煮物 ゆかりごはん	ごま油 油 さとう 米	豚肉 豆腐 赤味噌 油揚げ	大根 人参 えのき ねぎ 卸ししょうが 卸しんにく 切干大根 さやいんげん しそ粉	牛乳 あずき蒸しパン	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 ゆで小豆缶
23火	鯖のカレー焼き 金平ごぼう たけのこのみそ汁 ごはん	さとう ごま油 米	さわら 豆腐 合わせ味噌	ごぼう 人参 玉ねぎ たけのこ水煮 ほうれん草	牛乳 マカロニきなこ	牛乳(飲料用) マカロニ きな粉 さとう
24水	ポテトグラタン アスパラのスープ パナナ バターロールパン	じゃが芋 油 バター 小麦粉 バターロールパン	鶏肉 牛乳 ビザ用チーズ ベーコン	人参 玉ねぎ しめじ コーン缶 アスパラガス セロリ もやし パナナ	牛乳 ツナひじきおにぎり	牛乳(飲料用) 米 ツナ缶 ひじき 人参 みりん しょうゆ おにぎり用のり
25木	チャプチェ 小松菜のスープ でこぼん ごはん	春雨 ごま油 さとう すりごま じゃが芋 米	豚ひき肉	玉ねぎ 人参 しいたけ 卸しんにく 卸ししょうが 小松菜 えのき でこぼん	牛乳 青のりじゃこトースト	牛乳(飲料用) 食パン バター 青のり しらす干し しょうゆ
26金	鶏の照り焼き アスパラのマヨ和え かぶのみそ汁 ごはん	マヨドレ 米	鶏肉 豆腐 合わせ味噌	玉ねぎ 卸しんにく アスパラガス 人参 キャベツ かぶ しいたけ	牛乳 チーズじゃがもち	牛乳(飲料用) じゃが芋 片栗粉 塩 ビザ用チーズ
27土	五目うどん 小松菜の塩昆布和え	干めん ごま油	鶏肉 油揚げ	人参 しめじ ねぎ 小松菜 もやし 塩昆布	ゆかりおにぎり	米 しそ粉 おにぎり用のり
28日						
29月						
30火	豆腐の五目うま煮 ニラスープ ヨーグルト ごはん	油 片栗粉 米	豚肉 豆腐 ヨーグルト	卸ししょうが 人参 玉ねぎ 小松菜 なら もやし しめじ	牛乳 ココアケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー 純ココア 牛乳 さとう バター

\* 献立は都合により変更になる場合があります。 \* 乳児クラスは午前中に牛乳・菓子の補食があります。  
 \* 大きくなったお祝い会メニュー…1日(月)  
 \* お誕生日会メニュー…17日(水) おやつは絵本レシピ「ぐるんぱのようちえん」よりとくだいびすけっと