＊４がつのこんだて＊

ひにち	ようび	主食	おかず	ねつや ちからになる	ちやにく になる	ちょうしを ととのえる	１０時 おやつ	３時 おやつ
1	か	ごはん	ハンバーグ　だいこんのにもの ブロッコリーのあえもの　ぎゅうにゅう	こめ　さとう	ぶたにく とうふ　ツナ	だいこん　にんじん ブロッコリー　コーン	クッキー	ホットケーキ
2	すい	ごはん	とりのてりやき きんぴられんこん もやしとたまごのサラダ	こめ　あぶら さとう	とりにく たまご	れんこん　にんじん もやし　あおな	せんべい	オレンジゼリー ぎゅうにゅう
3	もく	ごはん	たらのいそふうみ　かぼちゃのちゅうかあんかけ キャベツのサラダ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう かたくりこ　ごまあぶら	たら　のり ぶたにく　ハム	かぼちゃ　たまねぎ キャベツ　いんげん	チーズサンド	おふラスク
4	きん	ごはん	クリームシチュー　イカドーナツのフライ はくさいのごまふうみあえ	こめ　じゃがいも あぶら　ごま	とりにく　のり イカ　かにかま	たまねぎ　にんじん はくさい　コーン	せんべい	クリームサンド ぎゅうにゅう
5	ど	おやこどん	キャベツのあさづけ　みかん（かんづめ）	こめ　さとう かたくりこ	とりにく　たまご	キャベツ　にんじん きゅうり　たまねぎ	マシュマロ	やきプリン ぎゅうにゅう
7	げつ	ひじきごはん	ちくわのてんぷら　だいこんサラダ　チーズ	こめ　さとう こむぎこ　あぶら	とりにく　あぶらあげ ちくわ　たまご	にんじん　だいこん いんげん　コーン	せんべい	バームクーヘン ぎゅうにゅう
9	すい	なめし	にくだんごのやさいあんかけ　だいがくいも ごぼうサラダ	こめ　マヨネーズ かたくりこ　さとう゛	とりにく　ツナ	たまねぎ　にんじん ブロッコリー　コーン	せんべい	ココアむしパン ぎゅうにゅう
10	もく	ごはん	とりのからあげ　チリコンカン はくさいのあえもの　ぎゅうにゅう	こめ　かたくりこ あぶら　さとう	とりにく　だいず ぶたにく　かまぼこ	たまねぎ　トマト はくさい　にんじん	クッキー	ビスケット
11	きん	カレーライス	ウインナー　もやしのナムル	こめ　じゃがいも あぶら　ごまあぶら	ぶたにく　ウインナー あぶらあげ	たまねぎ　にんじん トマト　いんげん	せんべい	りんごゼリー ぎゅうにゅう
12	ど	ふりかけごはん	コロッケ　いんげんのごまあえ	こめ　じゃがいも ごま	ぶたにく　たまご かつお	いんげん　たまねぎ	ビスケット	カスタード ワッフル ぎゅうにゅう
14	げつ	ごはん	デミハンバーグ　ブロッコリー マッシュポテト　プチゼリー	こめ　じゃがいも さとう	ぶたにく　ハム	たまねぎ　トマト ブロッコリー　パセリ	せんべい	カステラ ぎゅうにゅう
15	か	ごはん	やきにくいため　あつやきたまご マカロニサラダ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう あぶら　マカロニ	ぶたにく　たまご ツナ　ぎゅうにゅう	キャベツ　にんじん たまねぎ	サブレ	わかめおにぎり
16	すい	ごはん	しろみざかなのフライ　さつまあげのいりに さんしょくサラダ	こめ　あぶら さとう	しろみざかな さつまあげ　たまご	だいこん　にんじん もやし　いんげん	せんべい	えびせん ぎゅうにゅう
17	もく	ごはん	とりにくのトマトソース　グラタン かにふうみサラダ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう かたくりこ	とりにく　かにかま わかめ　ぎゅうにゅう	たまねぎ　キャベツ にんじん　トマト	きなこもち	せんべい
18	きん	まーぼーごはん	チーズいりサラダ　オレンジ	こめ　ごまあぶら かたくりこ　さとう	とうふ　ぶたにく チーズ	たまねぎ　はくさい にんじん　あおな	せんべい	ホットケーキ ぎゅうにゅう
19	ど	ごはん	にくだんごのケチャップあえ　ひじきのにもの	こめ　あぶら さとう	ぶたにく　あぶらあげ ひじき	にんじん　たまねぎ いんげん	クリーム サンド	カスタードプリン ぎゅうにゅう
21	げつ	ごはん	にくじゃが　むしシュウマイ　ミモザサラダ	こめ　じゃがいも さとう　あぶら	ぶたにく たまご	たまねぎ　にんじん ブロッコリー	せんべい	あまからだんご ぎゅうにゅう
22	か	ごはん	とりにくのさいきょうやき　おこのみやき はるさめサラダ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう はるさめ　マヨネーズ	とりにく　ハム たまご　ぎゅうにゅう	トマト　にんじん いんげん　キャベツ	ふがし	せんべい
23	すい	ごはん	とんかつ　きんぴらにんじん　キャベツのあえもの	こめ　あぶら さとう　ごま	ぶたにく　あぶらあげ かまぼこ	にんじん　だいこん キャベツ　あおな	せんべい	いちごゼリー ぎゅうにゅう
24	もく	ごはん	さばのたれかけ　ちくわのにもの もやしのサラダ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう かたくりこ	さば　ちくわ わかめ　ぎゅうにゅう	トマト　にんじん もやし　コーン	タルト	ホットケーキ
25	きん	やきそば	チキンナゲット　ブロッコリーのおひたし　ぎゅうにゅう	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく とりにく　ぎゅうにゅう	キャベツ　にんじん ブロッコリー	せんべい	ゆかりおにぎり
26	ど	たにんどん	きゅうりのつけもの　もも（かんづめ）	こめ　さとう かたくりこ	ぶたにく　たまご	きゅうり　たまねぎ にんじん	ビスケット	ココアワッフル ぎゅうにゅう
28	げつ	ふりかけごはん	エビチリ　ウインナーたまごまき だいこんとツナのサラダ　　ぎゅうにゅう	こめ　あぶら さとう　かたくりこ	えび　ウインナー たまご　ツナ	たまねぎ　トマト だいこん　にんじん	せんべい	チーズむしﾊﾟﾝ
30	すい	ごはん	つくねのわふうあんかけ　じゃがいもチーズやき コールスローサラダ　ジュース	こめ　さとう じゃがいも	とうふ　とりにく チーズ	たまねぎ　トマト キャベツ　にんじん	パイ	ビスケット

●乳児・年少さんのみ10時おやつがあります。

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります。

おたんじょうび
おめでとう
誕生会
☆３０日☆

○●延長保育用おやつ別途あります●○

○●水筒を忘れずにご持参下さい●○

２０１４．４明福寺ルンビニー学園保育園