



ひ に ち	よ う び	しゅ しよ く	お か ず	さん しよ く ぶ ん る い			3 じ お や つ
				ち や に く に な る	ね つ や ち ら に な る	ち よ う し を と の え る	
1	土	ごはん	ポークチャップ ダイスチーズサラダ とうみょうとウィンナーのスープ むぎぢゃ	ぶたにく ハム チーズ ウ ィンナー	こめ サラダあぶら パター ン ごむぎこ さとう	にんにく たまねぎ にんじ ん きゅうり キャベツ コーン	ビスケット ぎゅうにゅう
3	月	とうにゅうそうめん	ぶたにくのもの わかめサラダ りんご むぎぢゃ	とりにく とうにゅう ぶた にく ハム	そうめん ごま さとう	にら にんにく しょうが わかめ にんじん きゅうり りんご	あおりのフライドポテト ぎゅうにゅう
4	火	ごはん	しおだっカルビ やきチーズかぼちゃ ワンタンふうスープ むぎぢゃ	とりにく こなチーズ ぶた にく	こめ ごまあぶら ワンタン のかわ	にんにく にんじん ながね ぎ にら キャベツ かぼ ちゃ	ミルククッキー ぎゅうにゅう
5	水	しよくパン (ジャム)	スパニッシュオムレツ ほろれそうとツナのサラダ カレースープ むぎゅうにゅう	たまご きゅうにゅう ベー コン ツナ ウィンナー	しよくパン さとう オリ ブオイル	にんじん たまねぎ ピーマ ン ほろれそう ミニトマ ト レモン	おかかおにぎり むぎぢゃ
6	木	ひじきごはん	さけのしおやき かふうあえ おすいもの むぎぢゃ	あぶらあげ さけ とうふ	こめ ごまあぶら さとう	にんじん ひじき もやし チンゲンサイ コーン しめ じ ながねぎ	キャロットゼリー ぎゅうにゅう
7	金	ごはん	チキンステーキ ジャーマンポテト もやしのたまごスープ むぎぢゃ	とりにく ベーコン たまご	こめ さとう じゃがいも かたくりこ	にんにく たまねぎ パセリ にんじん もやし	ピザマフィン ぎゅうにゅう
8	土	やきそば	だいこんサラダ わかめスープ みかん むぎゅうにゅう	ぶたにく ハム むぎゅうに ゅう	サラダあぶら ちゅうかめん ごま さとう	にんじん たまねぎ もやし キャベツ きゅうり だいこ ん みかん	しおせんべい (1才児...やわらかせんべい) むぎぢゃ
10	月	バターロール	ぶたにくとキャベツのトマトに バターコーン マカロニスープ むぎゅうにゅう	ぶたにく こなチーズ ベー コン むぎゅうにゅう	バターロール オリーブ油 さとう マカロニ	にんにく たまねぎ トマト キャベツ コーン パセリ にんじん	うめとあおのおにぎり むぎぢゃ
12	水	ちゃめし	おでん こまつなとじゃこのわふういため バイナッブル むぎぢゃ	ちくわ はんぺん ウィン ナー ちりめんじゃこ	こめ ごまあぶら ごま	こんぶ だいこん にんじん えのきたけ こまつな	マカロニきなこ ぎゅうにゅう
13	木	けんちんうどん	かたねきチーズ わかめとたこのすのもの バナナ むぎゅうにゅう	ぶたにく とうふ たこ ぎゅうにゅう	うどん さといも ごまあ ぶら さとう	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ はくさい きゅう り わかめ	あんまん むぎぢゃ
14	金	ごはん (とりそば)	カレイのうめに ほろれんそうのなつとうあえ おすいもの テコボン むぎぢゃ	とりにく カレイ なつとう	こめ さとう ごまあぶら ふ	しょうが うめほし にんじ ん えのきたけ ほろれんそ う みつば	かにかまいるおこのみやき ぎゅうにゅう
15	土	ごはん	とうふのちゅうかあんかけ えびのガーリックいため キウイフルーツ むぎぢゃ	ぶたにく とうふ えび	こめ さとう かたくりこ オリーブオイル	にんにく にんじん ほしし いたけ もやし チンゲンサ イ たまねぎ	クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう
17	月	トマトソーススパゲティ	ポテトサラダ もものかんづめ ぎゅうにゅう	ベーコン ハム むぎゅうに ゅう	スパゲティ オリーブオイル さとう じゃがいも	にんにく たまねぎ しめじ トマト にんじん きゅうり コーン	いなりずし むぎぢゃ
18	火	ごはん	はるまき きゅうりとちくわのごますあえ アスパラとひきにくのスープ むぎぢゃ	ぶたにく ちくわ とりにく	こめ サラダあぶら ごま さとう かたくりこ	にんじん きゅうり しめじ アスパラガス	こめこのさつまいもむしパン ぎゅうにゅう
19	水	ごはん	とりにくのこみやき ひじきのものに こまつなとえのきのわふうスープ むぎぢゃ	みそ とりにく あぶらあげ とうふ	こめ さとう ごま	にんじん ひじき さやいん げん えのきたけ こまつな	オレンジ えびせん (1才児...やわらかせんべい) ぎゅうにゅう
20	木	ミルクパン	しろみざかなのピカタ グリーンサラダ たまねぎとコーンのスープ とうにゅう	かじき たまご ハム とり にく とうにゅう	ミルクパン ごむぎこ さと う サラダあぶら	パセリ きゅうり アスパラ ガス キャベツ たまねぎ コーン	スイートパンプキン むぎぢゃ
21	金	チキンカレーライス	あじつきござかな バナナ ぎゅうにゅう	とりにく かたくちいわし ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも ごま	にんじん たまねぎ バナナ	ホットケーキ むぎぢゃ
22	土	ごはん	スタミナやきにく さつまいものあまに みそしる むぎぢゃ	ぶたにく あぶらあげ みそ	こめ サラダあぶら さつま いも さとう	にんにく しょうが にんじ ん たまねぎ にら だいこ ん	チーズサンドクラッカー ぎゅうにゅう
25	火	ごはん	まつかぜやき こまつなのひたし とろろこんぶじる むぎぢゃ	とりにく むぎゅうにゅう た まご みそ あぶらあげ	こめ パンこ さとう ごま	たまねぎ ながねぎ にんじ ん こまつな こんぶ	いちご ウエハース ぎゅうにゅう
26	水	ぶたにくともやしの あんかけそば	しろみざかなのごまからあげ はくさいのあさづけ プリン ジュース	ぶたにく しろみざかな た まご むぎゅうにゅう	ちゅうかめん サラダあぶら かたくりこ ごま	たまねぎ もやし パプリカ にら にんじん きゅうり はくさい	わかめおにぎり むぎぢゃ
27	木	年長 お楽しみ給食 ぶたバラはるさめどん	おかかこんにゃく おすいもの クレープフルーツ むぎぢゃ	ぶたにく かつおぶし とう ふ	こめ はるさめ こんにゃく さとう ごま ふ	にんじん たまねぎ かねぎ にんにく クレープフルーツ	コーンフレーク ぎゅうにゅう
28	金	バターロール	さばのムニエル フロッコリーのマリネ きのことベーコンのスープ むぎゅうにゅう	さば とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	バターロール ごむぎこ さ とう オリーブオイル	フロッコリー ミニトマト たまねぎ まいだけ えのき だけ	ペリーミルクプリン むぎぢゃ

※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

☆1・2才児には午前中に牛乳を提供します
☆延長保育用おやつは別途あります



今月の平均栄養摂取量 (給食)

	乳児	幼児
エネルギー	442 kcal	491 kcal
たんぱく質	17.7 g	19.7 g

園内涅槃会
14日(金)

父母と教師の会より
おまんじゅうの提供があります。
年長さんは園内でいただき
その他年次はお土産として
持ち帰ります。

誕生会
26日(水)

おたんじょうび
おめでとう

年長お楽しみ給食
～手巻き寿司～
27日(木)

年長さんだけの
特別メニューです。
好きな具材を選んで
手巻き寿司にして
いただきます。