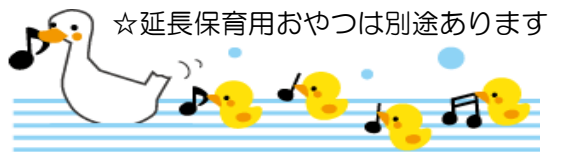




ひ に ち	よ う び	し ゅ し ょ く	お か ず	さんしょくぶんるい			3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちようしをととのえる	
1	土	ごはん	ポークチャップ ダイスチーズサラダ とうみょうとウィンナーのスープ むぎぢゃ	ぶたにく ハム チーズ ウ ィンナー	こめ サラダあぶら パター ン ごむぎこ さとう	にんにく たまねぎ にんじ ん きゅうり キャベツ コーン	ビスケット ぎゅうにゅう
3	月	とうにゅうそうめん	ぶたにくのもの わかめサラダ りんご むぎぢゃ	とりにく とうにゅう ぶた にく ハム	そうめん ごま さとう	にら にんにく しょうが わかめ 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	しおダッカルビ 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	しょくパン (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 ギゅうにゅう	たまご きゅうにゅう ベー コン ツナ ウィンナー	しょくパン 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 ギゅうにゅう	ぶたにく ハム ギゅうにゅう	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 ギゅうにゅう	ぶたにく こなチーズ ベー コン ギゅうにゅう	バターロール オリブオイ ル 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 バイナッフル 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 ギゅうにゅう	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	かにかまいりおこのみやき 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 ギゅうにゅう	スパゲティ オリブオイル 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 こむぎこ 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 ギゅうにゅう 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 ギゅうにゅう	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	<b>年長 お楽しみ給食</b> 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 ギゅうにゅう	さば とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	バターロール こむぎこ さ とう オリブオイル	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。