

日	曜日	献立	おやつ	赤の仲間	緑の仲間	黄の仲間
				体をつくる	体の調子を整える	熱や力のもと
15	火	豚肉の生姜炒め フレンチサラダ パイン缶	牛乳 ミックスサンド	牛乳、豚肉、ベーコン 卵、ハム	玉葱、キャベツ、青菜 人参、ピーマン、パイン缶 きゅうり	バターロールパン、砂糖 マヨネーズ、じゃが芋 油
16	水	魚の味噌煮 菜の花和え お芋のおかか煮	牛乳 おにぎり	牛乳、魚、味噌、卵 ちりめん、鰹節	キャベツ、青菜、人参	じゃが芋、砂糖、春雨 油
17	木	親子丼 春キャベツの和え物 金時豆	牛乳 甘納豆入り 蒸しパン	牛乳、鶏肉、卵、鰹節 スキムミルク、ちくわ 油揚げ	玉葱、人参、椎茸 きぬさや、キャベツ、もやし コーン、青菜	金時豆、甘納豆、小麦粉 砂糖、油
18	金	大豆の磯煮 ししゃものフライ 青菜のおひたし	牛乳 お菓子 小魚	牛乳、鶏肉、大豆、卵 ししゃも、鰹節、小魚 油揚げ	人参、レンコン、コンニャク、ヒジキ いんげん、青菜	お菓子、じゃが芋 小麦粉、パン粉 油
5	土	きつねうどん 果物	牛乳 おにぎり	牛乳、油揚げ、鶏肉	人参、青菜 果物	砂糖、干しうどん
21	月	マーボー豆腐 ナムル かぼちゃの煮物	牛乳 わかめ おにぎり	牛乳、豆腐、豚肉、味噌	玉葱、葱、ニンニク、人参 にら、椎茸、青菜、モヤシ かぼちゃ	砂糖、油
8	火	白身魚のフライ スパゲティソテー マッシュポテト	牛乳 ジャムサンド	牛乳、魚、ベーコン 卵、練乳	玉葱、人参、ピーマン きゅうり	小麦粉、パン粉、油 ジャム、食パン、スパゲティ じゃが芋、マヨネーズ
22	火	揚げ鶏のからめ煮 野菜たっぷり卵焼き ブロッコリーの塩茹で	牛乳 ジャムサンド	牛乳、鶏肉、ウインナー 卵	葱、生姜、玉葱、人参 青菜、ブロッコリー	じゃが芋、小麦粉、油 砂糖、食パン、ジャム
23	水	さつま汁 レバーの照り煮 青菜の納豆和え	牛乳 麩のラスク	牛乳、鶏肉、油揚げ、 豆腐、納豆、鰹節、味噌 鶏レバー、きなこ	人参、大根、ゴボウ、シメジ コンニャク、葱、白菜、青菜 生姜	麩、さつま芋、油、砂糖 ごま
10	木	若菜寿司 具沢山のっぺい汁 果物	牛乳 あべかわ 団子	牛乳、きなこ、ムキエビ、卵 ちりめん、厚揚げ	人参、筍、ふき、きぬさや 大根、白菜、コンニャク、ネギ 椎茸、ごぼう、果物	砂糖、白玉粉 片栗粉
24	金	カレーライス ゆで卵 野菜サラダ	牛乳 お菓子 昆布	牛乳、牛肉、卵、ハム スキムミルク	玉葱、人参、いんげん キャベツ、ピーマン、コーン きゅうり、昆布	油、お菓子 じゃが芋、カレールー
25	金	五目さくら飯 具沢山味噌汁 果物	牛乳 おから トーナツ	牛乳、鶏肉、油揚げ 卵、おから、味噌、カマボコ	玉葱、かぼちゃ、もやし 人参、エノキタケ、ニラ、キャベツ レンコン、ごぼう、筍、椎茸	油、マーガリン、砂糖 小麦粉
12	土	チキンライス 果物	牛乳 お菓子	牛乳、鶏肉、ベーコン	玉葱、人参、コーン、パセリ 果物	お菓子、油
28	月	春野菜の煮物 あさりとひじきの佃煮 ブロッコリーの塩茹で	牛乳 焼きそば	牛乳、鶏肉、あさり ベーコン、オイスターソース	人参、玉葱、たけのこ コンニャク、キノサヤ、もやし ブロッコリー、ひじき、キャベツ	じゃが芋、中華そば 油
30	水	卵焼き 五目和え 若竹汁	牛乳 人参ケーキ	牛乳、ツナ缶、卵 油揚げ	玉葱、人参、ピーマン 椎茸、シラタキ、青菜、モヤシ わかめ、たけのこ、葱	じゃが芋、小麦粉、砂糖 油、ごま、マーガリン

※三歳未満児は、10時のおやつがあります。

※めろん組、みかん組、いちご組は園外保育があります。

8日(火)は、お母さんの手作りのお弁当をよろしくお願いします。

22日(火)は、お弁当箱に、ご飯(おにぎり)を持ってきてください。おかずは、園で用意します。

※カレーライスの日、スプーンをお願いします。

麺類の日、フォーク(箸)をお願いします。