

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
1 15	水	親子煮 あさりと昆布の佃煮 青菜の胡麻和え	牛乳 ホットケーキ	牛乳、鶏肉、卵、あさり 鰹節、スキムミルク	玉葱、人参、椎茸、キヌサヤ 昆布、青菜	じゃが芋、砂糖、油 小麦粉、マーガリン
2 16	木	ちくわの磯辺揚げ 春キャベツの和え物 味噌汁、ちりめんごはん	牛乳 お菓子 昆布	牛乳、ちくわ、卵、ちりめん 味噌、油揚げ 鰹節	青海苔、小松菜、キャベツ 人参、もやし、玉葱 葱、わかめ、昆布	じゃが芋、小麦粉、油 お菓子
3 17	金	ポークビーンズ ブロッコリーの塩茹で 野菜のタルタルサラダ	牛乳 麩のラスク	牛乳、豚肉、大豆、卵 ベーコン、きなこ	玉葱、シメジ、人参、インゲン ブロッコリー、キャベツ、きゅうり コーン、レタス	じゃが芋、油、砂糖、麩
4 18	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
6 20	月	魚の味噌煮 菜の花和え お芋のおかか煮	牛乳 バナナケーキ	牛乳、魚、味噌、卵 ちりめん、鰹節	キャベツ、青菜、人参 ばなな	じゃが芋、砂糖、春雨 油、小麦粉、マーガリン
7	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、ツナ缶 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
21	火	切り干し大根入り卵焼き 五目と和え 若竹汁	牛乳 ジャムサンド	牛乳、鶏ミンチ、卵 油揚げ	人参、切り干し大根、ネギ 椎茸、シラタキ、青菜、モヤシ わかめ、たけのこ、葱	食パン、ジャム 油、ごま
8 22	水	マーボー豆腐 ナムル 焼きししゃも	牛乳 たぬき おにぎり	牛乳、豆腐、豚肉、味噌 ししゃも、卵 天か入の入ったおにぎりです	玉葱、葱、ニンニク、人参 にら、椎茸、青菜、モヤシ	砂糖、油、小麦粉 ごま油
9 23	木	白身魚のフライ スパゲティソテー マッシュポテト	牛乳 人参入り 蒸しパン	牛乳、魚、ベーコン 卵、練乳、スキムミルク	玉葱、人参、ピーマン きゅうり	小麦粉、パン粉、油 スパゲティ じゃが芋、マヨネーズ
10	金	ケーキ寿司 具沢山味噌汁 果物	牛乳 あべかわ 団子	牛乳、きなこ、鶏ミンチ ツナ缶、厚揚げ 卵	人参、キヌサヤ、青菜 大根、白菜、ゴボウ、白菜 果物、レモン、トマト	砂糖、白玉粉 たいでんぷ、じゃが芋
24	金	ポークカレーライス ゆで卵 ヨーグルトサラダ	牛乳 お菓子 小魚	牛乳、豚肉、卵、ハム スキムミルク	玉葱、人参、いんげん キャベツ、ミソ、パイ、りんご きゅうり、昆布	油、お菓子 じゃが芋、カレールウ マヨネーズ
11	土	いなかうどん 果物	牛乳 おにぎり	牛乳、厚揚げ、鶏肉 味噌、ちくわ	人参、大根、しめじ、白菜 果物、ゴボウ、コンニャク	干しうどん 片栗粉、さつま芋
13 27	月	魚の塩焼き きんぴら かぼちゃの煮つけ	牛乳 わかめ おにぎり	牛乳、魚、さつま揚げ	人参、ゴボウ、ピーマン コンニャク、かぼちゃ	じゃが芋、油、砂糖
14 28	火	春野菜の煮物 ひじきのじゃこ煮 スナックえんどうの塩茹で	牛乳 焼きそば	牛乳、鶏肉、ちりめん 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、インゲン、もやし ひじき、キャベツ、えんどう	じゃが芋、中華そば 油、マヨネーズ
30	木	さつま汁 レバーの照り煮 青菜の納豆和え	牛乳 ドーナツ	牛乳、鶏肉、油揚げ、卵 豆腐、納豆、鰹節、味噌 鶏レバー、魚肉ソーセージ	人参、大根、ゴボウ、シメジ コンニャク、葱、白菜、青菜 生姜	さつま芋、油、砂糖 ごま、小麦粉、マーガリン

三歳未満児は、10時のおやつがあります。

#### 園外保育があります。

##### <めろん組、みかん組>

7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。

21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。

##### <いちご組>

28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。

カレーライスの日には、スプーンをお願いします。

麺類の日には、フォーク(箸)をお願いします。