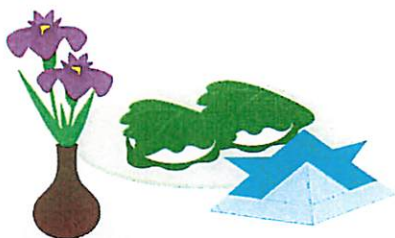


日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
2 (月) 16 (月)	御飯 みそ汁(こまつな・えのき) 豚肉のしょうが焼き キャベツと油揚げの炒め煮	せんべい/牛乳/米/こまつな、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(肩ロース)、しょうが、油、しょうゆ、酒/キャベツ、油揚げ 油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん/せんべい/クラッカー /牛乳	せんべい 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
6 (金) 20 (金)	御飯 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ) 鶏肉の甘辛煮 もやしのごま酢あえ	クラッカー/牛乳/米/木綿豆腐、なめこ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒、水/もやし、にんじん 酢、砂糖、ごま/ホットケーキ粉、牛乳、ココア(ビュアココア) /牛乳	クラッカー 牛乳 ココアホットケーキ 牛乳
7 (土) 21 (土)	わかめうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん ほうれんそう、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 /オレンジ/せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 クラッカー・せんべい お茶
9 (月) 23 (月)	御飯 みそ汁(あさり) おからのカリッと揚げ チンゲン菜のあえ物	せんべい/牛乳/米/あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/豚ひき肉、牛ひき肉、おから、たまねぎ、水、食塩 片栗粉、油/チンゲンサイ、にんじん、しらす干し、かつおだし汁 しょうゆ、砂糖/クラッカー、クリームチーズ、ツナ水煮缶/牛乳	せんべい 牛乳 クラッカーサンド(ツナチーズ) 牛乳
10 (火) 24 (火)	御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) かじきの照り焼き 里芋と厚揚げの煮物	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米、/キャベツ、えのきたけ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/かじき、しょうゆ、みりん、砂糖/さといも、生揚げ にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん/米粉 ベーキングパウダー、オレンジ濃縮果汁、油、砂糖/牛乳	ヨーグルト お茶 米粉蒸しパン(オレンジジュース) 牛乳
11 (水) 25 (水)	カレーライス フレンチサラダ オレンジ	ブルー/牛乳/米、豚肉(肩ロース)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん 油、カレールウ/キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢 食塩、白こしょう/オレンジ/クラッカー/せんべい/牛乳	ブルー 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
12 (木)	御飯 みそ汁(こまつな・えのき) 肉団子 きゅうりの酢の物(しらす)	チーズ/麦茶(浸出液)/米/こまつな、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉 油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉/きゅうり、にんじん カットわかめ、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、ごま/じゃがいも、食塩、片栗粉 油、しょうゆ、あおのり/牛乳	チーズ お茶 芋もち 牛乳
13 (金) 27 (金)	ミートスパゲティ アスパラとコーンのサラダ フルーツカクテル(もも)	クラッカー/牛乳/スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ にんじん、油、水、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩 米粉/キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、酢、油、食塩 /みかん缶、もも缶(白桃)、パイナップル/米、こんぶ佃煮/牛乳	クラッカー 牛乳 昆布おにぎり 牛乳
14 (土) 28 (土)	きのこうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、たまねぎ、しいたけ、しめじ えのきたけ、こまつな、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ みりん、食塩、片栗粉/オレンジ/せんべい/クラッカー /麦茶(浸出液)	せんべい お茶 クラッカー・せんべい お茶
17 (火) 31 (火)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さわらとごぼうの煮つけ 小松菜とコーンの和え物	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米/さつまいも、ねぎ かつお・昆布だし汁、米みそ/さわら、ごぼう、油、しょうが、しょうゆ 酒、砂糖/こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 /マカロニ、きな粉、砂糖、食塩/牛乳	ヨーグルト お茶 マカロニきな粉 牛乳
18 (水)	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 厚揚げの炒め物 きゅうりのピクルス	ブルー/牛乳/米/だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ/生揚げ、豚ひき肉、たけのこ(ゆで)、たまねぎ、にんじん にら、しめじ、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、片栗粉/きゅうり、米酢 しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルー 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
19 (木)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ) ポークみそ焼き 切干大根と凍り豆腐の煮物	チーズ/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩/豚肉(肩ロース)、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、米みそ 本みりん/切り干しだいこん、干しいたけ、凍り豆腐、油揚げ、にんじん、水 しょうゆ、砂糖/食パン、いちごジャム/牛乳	チーズ お茶 いちごジャムサンド 牛乳
26 (木) 誕生会	そらまめ御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 鶏つくね(豆腐) ひじきの煮物	チーズ/麦茶(浸出液)/米、そらまめ、こんぶだし、酒、食塩/たまねぎ、にんじん 油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、ねぎ、しょうゆ みりん、食塩、片栗粉/ひじき、油揚げ、にんじん、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖 さやえんどう/りんご天然果汁、砂糖、粉かんでん、水、生クリーム 砂糖/牛乳	チーズ お茶 りんごゼリー 牛乳
30 (月)	御飯 みそ汁(チンゲン菜・だいこん) 肉豆腐(ひき肉) きゅうりのピクルス	せんべい/牛乳/米/チンゲンサイ、だいこん、ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚ひき肉、焼き豆腐、たまねぎ、ねぎ、えのきたけ、しょうが、しょうゆ、みりん 砂糖/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩/ほうれんそう、チーズ、ホットケーキ粉 無塩バター、砂糖、牛乳/牛乳	せんべい 牛乳 カップチーズケーキ 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	421Kcal (462Kcal)	18.1g (18.5g)
3歳以上児	530Kcal (512Kcal)	21.6g (20.5g)

( )は、目標量です。



### ～行事食～

#### ★誕生会(26日)

##### 昼食

- ・そらまめ御飯
- ・みそ汁(玉ねぎ・油揚げ)
- ・鶏つくね(豆腐)
- ・ひじきの煮物

##### 午後おやつ

- ・りんごゼリー
- ・牛乳