

日	曜日	献立名	材料名	おやつ	日	曜日	献立名	材料名	おやつ	
1	金	ちらし寿司	精白米 インゲン べっただら漬 なると 人参 油揚げ 干しいたけ	カルピス	16	土	そぼろ丼	精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 小松菜 もやし	蒸し芋	
		魚のしそ天ぷら	ホキ 大葉 卵	あられ			きのこスープ	えのきたけ しめじ 玉ねぎ 油揚げ	くだもの	バナナ
2	土	ほうれん草ともやしの和え物	ほうれん草 もやし	三色ゼリー	18	月	あわごはん 納豆	精白米 もちきび 納豆		牛乳
		赤だし汁	なめこ 豆腐 三つ葉				肉じゃが	じゃが芋 玉ねぎ 人参 豚肉 インゲン こんにゃく	ごぼうチップス	
4	月	くだもの	いちご		白菜としらすの和え物	白菜 きゅうり しらす コーン	型抜きチーズ			
		鶏肉の照り焼き丼	精白米 鶏肉 人参 さやいんげん のり	いちごジャムケーキ	玉ねぎのみそ汁	玉ねぎ 大根 油揚げ オレンジ	くだもの			
5	火	アスパラガススープ	アスパラガス 玉ねぎ 人参	バナナ	19	火	～ お弁当会 ～ 			
		くだもの	バナナ	牛乳			かぼちゃスコーン	～ お弁当会 ～ 	チョコブラウニー	
6	水	子キンカレー	精白米 もちきび 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参	牛乳	21	木	ケチャップライス	精白米 玉ねぎ 人参 グリン ピース 鶏肉	牛乳	
		コールスローサラダ	キャベツ 人参 コーン マヨ ネーズ ヨーグルト	かぼちゃスコーン			豆腐ナゲット	豆腐 鶏肉 玉ねぎ 赤ピーマン ひじき 青ねぎ	にんじんゼリー	
7	木	ヨーグルト	ヨーグルト	牛乳	22	金	チョップドサラダ	キャベツ きゅうり ハム 人参 トマト 粉チーズ	りんご	
		あわごはん	精白米 もちきび	どら焼き			マカロニスープ	マカロニ 玉ねぎ 人参 チンゲン 菜 りんご		
8	金	すき焼き	牛肉 白菜 長ねぎ 小松菜 人参 豆腐 こんにゃく	くだもの	りんご	23	土	～ 家庭保育協力 ～ 		
		切干し大根サラダ	切干し大根 きゅうり 人参 竹 輪 白ごま マヨネーズ	おかがチーズおにぎり	イナムドッチ			黒米ごはん	精白米 黒米	りんごジュース
9	土	卵とニラのスープ	卵 玉ねぎ もやし ニラ	牛乳	さば	25	月	ふりかけごはん	精白米 ふりかけ	牛乳
		くだもの	りんご	ミルクもち	クープイリチー			刻み昆布 切干し大根 カステラ かまぼこ 豚肉 こんにゃく 干 しいたけ	マドレーヌ	
10	日	ゆかりごはん	精白米 ゆかり	牛乳	26	火	春雨サラダ	春雨 きゅうり もやし コーン ツナ	黒糖ソフトクッキー	
		レバーフライ (カレー風味)	豚レバー 卵	中華風コーンスープ			コーンクリーム しいたけ 人参 卵 長ねぎ			
11	月	レタスサラダ	キャベツ きゅうり・コーン・ワ カメ	牛乳	27	水	みそラーメン	中華麺 人参 キャベツ 豚肉 ワカメ コーン	牛乳	
		たまごスープ	たまご	大学芋			シュウマイ	シュウマイ	サーターアンダギー	
12	火	くだもの	りんご	牛乳	28	木	チンゲン菜中華和え	チンゲン菜 人参 コーン	バナナ	
		ゆかりごはん	精白米 ゆかり	ミルクもち			さつま芋ごはん	精白米 さつま芋 ひじき 人 参		牛乳
13	水	レバーフライ (カレー風味)	豚レバー 卵	牛乳	29	金	納豆サラダ	納豆 きゅうり もやし マヨ ネーズ	黒糖ソフトクッキー	
		レタスサラダ	キャベツ きゅうり・コーン・ワ カメ	ミルクもち			根菜みそ汁	小松菜 もやし 人参 白ごま 人参 大根 さつま芋 油揚げ こんにゃく 長ねぎ 白ごま		りんご
14	木	たまごスープ	たまご	牛乳	30	土	～ 家庭保育協力 ～ 			
		くだもの	りんご	牛乳			さつま芋ごはん	精白米 さつま芋 ひじき 人 参	牛乳	
15	金	ゆかりごはん	精白米 ゆかり	牛乳	31	日	★ 子どもたちからのリクエストメニュー ★ 			
		レバーフライ (カレー風味)	豚レバー 卵	牛乳			シュウマイ	シュウマイ	サーターアンダギー	
16	土	レタスサラダ	キャベツ きゅうり・コーン・ワ カメ	牛乳	(給食) ・納豆ごはん ・カレーライス ・唐揚げ ・沖縄そば ・ラーメン ・カレーうどん ・ハンバーグ (おやつ) ・ドーナツ ・ポテトフライ ・じゃこトースト ・ブレッドケーキ 等… 					
		たまごスープ	たまご	牛乳						さつま芋ごはん
17	日	くだもの	りんご	牛乳	(給食) ・納豆ごはん ・カレーライス ・唐揚げ ・沖縄そば ・ラーメン ・カレーうどん ・ハンバーグ (おやつ) ・ドーナツ ・ポテトフライ ・じゃこトースト ・ブレッドケーキ 等… 					
		ゆかりごはん	精白米 ゆかり	牛乳						さつま芋ごはん

※ アレルギー確認のため、毎月の献立表をチェックして、お子さんが食べたことのない食材 (特にタンパク質食品) があれば、まずご家庭で食べさせてみて、様子を確認していただくようお願いします。
(材料、献立は、都合により変更することがあります。)