



献立予定表



日	曜	未満児		共通		未満児 追加食	共通 3時おやつ
		10時おやつ	主食	献立名			
1	月	バナナ	白ごはん	野菜と卵の炒め物 胡瓜と竹輪のごま和え 人参とえのきの清汁 オレンジ		里芋の甘煮	スキムミルク せんべい
2	火	牛乳	ごまごはん	豆腐ハンバーグ 野菜サラダ わかめの味噌汁 りんご		チーズキャンディ	お茶 フルーツヨーグルト
3	水	牛乳	白ごはん	豚汁 茄子の味噌炒め ミニトマト バナナ		しゅうまい	スキムミルク ハーベスト
4	木	温野菜	白ごはん	鶏肉の葱塩焼き 野菜ソテー 薄揚げの味噌汁 みかん		大根の甘煮	牛乳 パイナップル蒸しパン
5	金	バナナ	わかめごはん	はんぺんフライ 昆布と大豆の五目煮 卵スープ りんご		人参のグラッセ	スキムミルク ビスケット
6	土	牛乳	白ごはん	ナポリタンスパゲティ 海藻サラダ 玉葱の清汁 バナナ		小倉煮	
7	日						
8	月	バナナ	白ごはん	ハムエッグ ひじきの炒め煮 わかめと麩の清汁 みかん		茹でアスパラガス	スキムミルク ラスク
9	火	牛乳	白ごはん	鯖のコーンマヨネーズ焼き キャベツの昆布和え オクラの味噌汁 バナナ		湯豆腐	スキムミルク アスパラガス
10	水	牛乳	白ごはん	クリームシチュー ツナサラダ ミニトマト オレンジ		すり身蒸し	お茶 スイートポテト
11	木	温野菜	ゆかりごはん	鶏肉の照り焼き 白菜と人参の酢の物 豆腐の味噌汁 りんご		トマト	スキムミルク 丸ぼうろ
12	金	バナナ	白ごはん	おから揚げボール 春キャベツのサラダ ほうれん草の清汁 みかん		あさりバター	牛乳 サンドイッチ
13	土	牛乳	白ごはん	わかめうどん 胡瓜の和え物 バナナ		いりこの佃煮	
14	日						
15	月	バナナ	白ごはん	松風焼き コールスロー じゃが芋の味噌汁 オレンジ		茹でブロッコリー	スキムミルク かりんとう
16	火	牛乳	かしわごはん	鮭の西京焼き キャベツと竹輪のマヨネーズ和え オクラと人参の清汁 りんご		れんこんのお焼き	スキムミルク たべっこどうぶつ
17	水	牛乳	白ごはん	親子汁 和風酢の物 茹でアスパラガス バナナ		串さし	お茶 揚げたこ風
18	木	温野菜		🍴🍴 鶏肉の甘煮 赤魚塩焼き ポテトサラダ ミニトマト わかめの清汁 メロン みかん		空也蒸し	スキムミルク せんべい
19	金	バナナ	白ごはん	麻婆豆腐 ナムル ブロッコリー りんご		南瓜バター	牛乳 ココアケーキ
20	土	牛乳	白ごはん	塩焼きそば 胡瓜の酢づけ しめじとレタスのスープ バナナ		赤魚のフライ	
21	日						
22	月	バナナ	白ごはん	赤魚の煮付け 根菜サラダ 大根の味噌汁 オレンジ		うま煮	牛乳 揚げパン
23	火	牛乳	人参ごはん	🍰 マカロニグラタン 和風酢の物 玉葱ともやしの清汁 りんご		すり身フライ	スキムミルク ビスコ 誕生ケーキ (以上児)
24	水	牛乳	白ごはん	カレー カルシウムたっぷりお浸し ミニトマト バナナ		ウインナー	スキムミルク ドーナツ
25	木	温野菜	白ごはん	炒り豆腐 りんごサラダ キャベツの味噌汁 キウイフルーツ		茄子のお浸し	お茶 フルーツゼリー
26	金	バナナ	白ごはん	肉じゃが 竹の子の土佐和え わかめスープ みかん		いとこ煮	スキムミルク ココナッツサブレ
27	土	牛乳	白ごはん	ラーメン ほうれん草のごま和え バナナ		大根のお焼き	
28	日						
29	月	昭和の日					
30	火	牛乳	白ごはん	赤魚の変わり揚げ わかめと胡瓜の和え物 カラフルスープ キウイフルーツ		芋のオレンジ煮	牛乳 ピザトースト

※ 🍴🍴 バイキング ※ 🎂 誕生会 ※ 24日 青組：クッキング (玉葱皮むき)

【今月の栄養平均】
未満児：478kcal (主食含む) 以上児：425kcal

ご入園・ご進級おめでとうございます！

新しい生活がスタートする時期になりました。環境の変化で疲れやすくなる季節です。
朝ごはんをしっかりと食べて、元気に登園しましょう。子ども達が笑顔になってもらえる
給食を作れるよう、給食室一同協力して頑張っています。

1年間どうぞよろしくお願いいたします。