



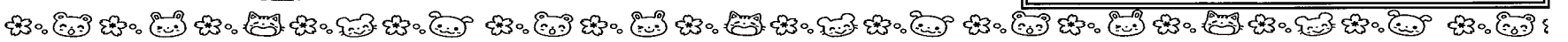
献立予定表



日	曜	未満児		共通		未満児		共通		
		10時おやつ	主食	献立名		追加食	3時おやつ			
1	火	牛乳	白ごはん	豆腐ハンバーグ	ポテトサラダ	わかめの味噌汁	りんご	茹でブロッコリー	スキムミルク さつま芋蒸しパン	
2	水	牛乳	白ごはん	クリームシチュー	海藻サラダ	バナナ		ウインナー	スキムミルク ビスケット	
3	木	温野菜	わかめごはん	鮭の塩焼き	昆布と野菜のきんぴら風	オクラの清汁	オレンジ	厚揚げ煮	お茶 スノーボールクッキー	
4	金	バナナ	白ごはん	元気団子	コールスロー	コンソメスープ	りんご	茹でアスパラガス	スキムミルク バームクーヘン	
5	土	牛乳	白ごはん	わかめうどん	もやしの炒め物	バナナ		いりこの佃煮		
6	日									
7	月	バナナ	白ごはん	スパニッシュオムレツ	ひじきの炒め煮	大根の味噌汁	りんご	芋のオレンジ煮	スキムミルク ピザトースト	
8	火	牛乳	白ごはん	筑前煮	ツナサラダ	卵スープ	バナナ	豆腐煮	お茶 せんべい	
9	水	牛乳	白ごはん	ミルク中華スープ	ナムル	みかん		はんぺんフライ	牛乳 バナナケーキ	
10	木	温野菜	ごまごはん	鶏肉の葱塩焼き	野菜ソテー	わかめの清汁	りんご	トマト	スキムミルク たべっ子どうぶつ	
11	金	バナナ	白ごはん	がんもどき	野菜サラダ	葱の味噌汁	オレンジ	いとこ煮	お茶 豆腐団子	
12	土	牛乳	白ごはん	ミートソーススパゲティ	胡瓜の昆布和え	白菜のスープ	バナナ	赤魚の煮付け		
13	日									
14	月	バナナ	ゆかりごはん	千草焼き	ごま酢和え	麩の味噌汁	りんご	里芋の甘煮	牛乳 カスタードケーキ	
15	火	牛乳	白ごはん	鯛の照り焼き	タンドリーチキン	マカロニサラダ	ミニトマト	キャベツの清汁	みかん	いちご
16	水	牛乳	白ごはん	親子汁	和風酢の物	バナナ		アスパラガスのソテー	スキムミルク 揚げパン	
17	木	温野菜	白ごはん	マカロニグラタン	青菜の土佐和え	わかめスープ	オレンジ	あさりバター	スキムミルク アスパラガス	
18	金	バナナ	かしわごはん	炒り豆腐	ツナとひじきのマヨネーズ和え	きのこの清汁	りんご	スクランブルエッグ	スキムミルク ハーベスト	
19	土	牛乳	白ごはん	ちゃんぽん	胡瓜の酢づけ	バナナ		きびなごの煮付け		
20	日									
21	月	バナナ	白ごはん	ハムエッグ	大根サラダ	オクラの味噌汁	みかん	鶏肉の甘煮	牛乳 カルピスカップケーキ	
22	火	牛乳	白ごはん	鶏肉の唐揚げ	さつま芋のグラッセ	麩の清汁	バナナ	胡瓜の和え物	スキムミルク ビスケット 誕生ケーキ(以上児)	
23	水	牛乳	白ごはん	竹輪の磯辺揚げ	わかめのみぞれ和え	豆腐の味噌汁	りんご	鮭の照り焼き	お茶 せんべい	
24	木	温野菜	白ごはん	カレー	カルシウムたっぷりお浸し	バナナ		卵豆腐	スキムミルク フレンチトースト	
25	金	バナナ	白ごはん	麻婆豆腐	もやしのナムル	オレンジ		すり身揚げ	スキムミルク ドーナツ	
26	土	牛乳	白ごはん	焼きビーフン	南瓜の甘煮	人参とえのきのスープ	りんご	胡瓜の酢づけ		
27	日									
28	月	バナナ	白ごはん	にら卵とじ	スパゲティサラダ	もやしの清汁	みかん	大根のお焼き	スキムミルク クラッカー	
29	火	昭和の日								
30	水	牛乳	白ごはん	焼きそば	中華胡瓜	カラフルスープ	バナナ	ポテトチーズ焼き	牛乳 小倉蒸しパン	

※🍴バイキング ※🎂誕生会 ※24日青組:クッキング(玉葱の皮むき)

【今月の栄養平均】
未満児: 481kcal (主食含む) 以上児: 420kcal



ご入園・ご進級おめでとうございます!

今日から新しいお友達を迎え、新年度がスタートしました。子供たちは環境の変化に期待と不安で「ワクワク」「ドキドキ」だと思います。

今年度も、子どもたちにいろいろな食材を食べてもらい好きな食べ物を増やして行ってほしいです。

おいしい給食を作れるよう調理員一同協力してまいります。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

