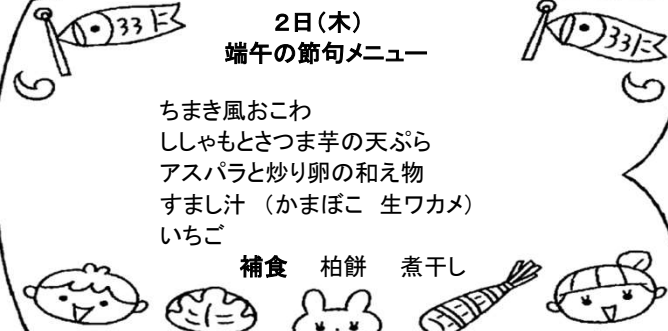


日		曜日	午前補食	昼食	午後補食	材料名(○は午前補食、◎は午後補食にのみ含まれる材料です)			
						黄(熱や力になるもの)	赤(からだを作るもの)	緑(体の調子を整えるもの)	その他
1	15	水	干し芋	ごはん 豚肉のバーベキュー焼き 野菜炒め ポテトサラダ 味噌汁(白菜 油揚げ)	じゃこネギごはん ほうれん草の煮浸し 昆布	○さつま芋、米、じゃが芋、卵 不使用マヨネーズ、◎白ゴマ	豚ロース肉、ツナ、油揚げ、◎ じゃこ	生姜、にんにく、玉ねぎ、りん ご、キャベツ、ピーマン、にんじ ん、きゅうり、白菜、◎万能ネ ギ、ほうれん草、昆布	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、穀物酢、ゴマ油、 三温糖、味噌、鰹昆布だ し汁
2		木	豆乳	端午の節句メニュー		米、もち米、米粉、小麦粉、◎ 上新粉	○豆乳、豚バラ肉、油揚げ、 子持ちししゃも、卵、かまぼ こ、◎小豆、煮干し	えんどう豆、にんじん、干し椎 茸、アスパラ、もやし、にんじ ん、生ワカメ、苺	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、穀物酢、サラダ 油、鰹昆布だし汁、◎三 温糖、上白糖
	16		じゃが芋	菜めし 豆腐のまさご揚げ こんにゃくとごぼうのゴマ味噌炒め 切干大根サラダ 味噌汁(かぶ 玉ねぎ)	豚きのごはん キャベツの煮浸し 昆布	○じゃが芋、米、白ゴマ、片栗 粉、糸こんにゃく、卵不使用マ ヨネーズ	木綿豆腐、鶏ひき肉、じゃこ、 ツナ、◎豚バラ肉	かぶの葉、ごぼう、切干大根、 にんじん、きゅうり、かぶ、玉ね ぎ、◎しめじ、舞茸、キャベツ、 昆布	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、三温糖、穀物 酢、サラダ油、味噌、鰹 昆布だし汁
	17 ・ 31	金	豆乳	ごはん アジの南蛮漬け トマト添え 炒り豆腐 味噌汁(大根 キャベツ)	えんどう豆ごはん きゅうりの即席漬け 煮干し	米、片栗粉	○豆乳、アジ、鶏ひき肉、木綿 豆腐、◎ハム、煮干し	玉ねぎ、ピーマン、黄色パブリ カ、トマト、にんじん、玉ねぎ、 大根、キャベツ、◎えんどう 豆、きゅうり	醤油、食塩、料理酒、穀 物酢、本みりん、サラダ 油、三温糖、味噌、鰹昆 布だし汁
	18	土	干し芋	ごはん 鶏肉の照り焼き ほうれん草のサラダ 味噌汁(豆腐 玉ねぎ 油揚げ)	おにぎり(鮭) 煮干し	○さつま芋、米、卵不使用マヨ ネーズ	鶏もも肉、ハム、絹豆腐、油揚 げ、◎鮭、煮干し	生姜、にんにく、ほうれん草、 きゅうり、にんじん、コーン、玉 ねぎ	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、穀物酢、三温 糖、味噌、鰹昆布だし汁
	20	月	干し芋	ごはん 豚肉の生姜焼き 豆苗炒め にんじんサラダ 味噌汁(じゃが芋 えのき ワカメ)	焼きびん そら豆 煮干し	○さつま芋、米、じゃが芋、◎ 片栗粉	豚ロース肉、ハム、ツナ、◎煮 干し	生姜、にんにく、玉ねぎ、豆苗、 もやし、にんじん、キャベツ、 きゅうり、えのき、ワカメ、◎青 海苔、そら豆	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、穀物酢、三温 糖、サラダ油、味噌、鰹 昆布だし汁
7	21	火	豆乳	ごはん しきキャベしゅうまい うどのきんぴら 大豆もやしのサラダ 味噌汁(なめこ 豆腐 ネギ)	さつまいもごはん 絹さや 煮干し	米、しゅうまいの皮、片栗粉、 白ゴマ、◎さつま芋、黒ゴマ	○豆乳、豚ひき肉、さつま揚 げ、ハム、絹豆腐、◎煮干し	生姜、にんにく、キャベツ、玉ね ぎ、うど、大豆もやし、にんじ ん、きゅうり、なめこ、ネギ、◎ 絹さや、昆布	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、三温糖、ゴマ油、 穀物酢、味噌、鰹昆布だ し汁
8	22	水	さつま芋	ごはん 鮭の塩麹焼き ささみの香味和え 新じゃが芋の味噌そぼろ煮 ワカメスープ(ワカメ 玉ねぎ 春雨 ゴマ)	いなり寿司 小松菜の煮浸し 昆布	○さつま芋、米、じゃが芋、春 雨、白ゴマ	鮭、ささみ、豚ひき肉、◎油揚 げ	ほうれん草、きゅうり、にんじ ん、ネギ、ワカメ、玉ねぎ、◎小 松菜、昆布	塩麹、醤油、食塩、料理 酒、ゴマ油、穀物酢、三 温糖、味噌、鰹昆布だ し汁
9	23	木	じゃが芋	ごはん 鶏肉の味噌焼き ほうれん草の磯和え 大豆の五目煮 味噌汁(舞茸 えのき 油揚げ)	焼きそば するめ	○じゃが芋、米、◎蒸し中華 麺	鶏もも肉、しらす、大豆、竹 輪、油揚げ、◎豚こま肉、する め	生姜、にんにく、ほうれん草、も やし、刻み海苔、にんじん、ご ぼう、昆布、舞茸、えのき、◎ キャベツ	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、ゴマ油、三温糖、 ◎中濃ソース
10	24	金	豆乳	ごはん ハンバーグきのこソース オープン焼き コールスローサラダ 味噌汁(大根 小松菜)	チキンライス 昆布	米、片栗粉、じゃが芋、卵不使 用マヨネーズ、◎白ゴマ	○豆乳、牛豚合挽肉、木綿豆 腐、ハム、◎鶏もも肉	玉ねぎ、ぶなびー、アスパラ、 キャベツ、きゅうり、にんじん、 コーン、大根、小松菜、◎万能 ネギ、白菜、昆布	醤油、食塩、料理酒、中 濃ソース、ケチャップ、サ ラダ油、穀物酢、味噌、 鰹昆布だし汁
11	25	土	干し芋	ごはん カレーの照り焼き コロコロサラダ 味噌汁(キャベツ 玉ねぎ)	おにぎり(ワカメ ゴマ) 煮干し	○さつま芋、米、じゃが芋、卵 不使用マヨネーズ、◎白ゴマ	カレー、ハム、◎煮干し	にんじん、きゅうり、キャベツ、 玉ねぎ、◎ワカメ	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、味噌、鰹昆布だ し汁
13	27	月	さつま芋	ごはん 野菜の肉巻き きゅうりともやしのツナ和え ふきの煮物 味噌汁(豆腐 玉ねぎ ワカメ)	磯辺団子 アスパラ 煮干し	○さつま芋、米、白ゴマ、糸こ んにゃく、◎上新粉、だんご粉	豚ロース肉、ツナ、油揚げ、鰹 節、絹豆腐、◎煮干し	にんじん、大根、きゅうり、もや し、ふき、玉ねぎ、ワカメ、◎ア スパラ、刻み海苔	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、穀物酢、ゴマ油、 三温糖、味噌、鰹昆布だ し汁
14		火	豆乳	ごはん 鶏肉のから揚げレモンソース 即席漬け ひじきとれんこんの煮物 味噌汁(玉ねぎ 小松菜)	じゃが芋のお焼き スナッペンどう 煮干し	米、片栗粉、糸こんにゃく、◎ じゃが芋	○豆乳、鶏もも肉、油揚げ、◎ 煮干し	生姜、にんにく、玉ねぎ、レモン、 キャベツ、きゅうり、塩昆布、ひじ き、れんこん、にんじん、玉ねぎ、 小松菜、◎スナッペンどう	醤油、食塩、料理酒、サ ラダ油、本みりん、三温 糖、本みりん、サラダ 油、穀物酢、味噌、鰹昆 布だし汁
	28			誕生会メニュー		米、白ゴマ、小麦粉、片栗粉、 じゃが芋、卵不使用マヨネー ズ	○豆乳、しらす、鶏ムネ肉、豚 ロース肉、ハム、ツナ、卵◎煮 干し	ワカメ、梅干し、アスパラ、玉ね ぎ、絹さや、キャベツ、きゅう り、にんじん、コーン、オレン ジ、メロン、◎小松菜	醤油、食塩、料理酒、三 温糖、本みりん、サラダ 油、穀物酢、上白糖、◎ 味噌
29	水		干し芋	菜めし 豆腐とひじきのつくね焼き キャベツと絹さやの梅おかか和え かぼちゃの煮物 味噌汁(かぶ 油揚げ)	新じゃが芋の揚げ煮 そら豆 煮干し	○さつま芋、米、白ゴマ、片栗 粉、◎じゃが芋	鶏ひき肉、木綿豆腐、鰹節、 油揚げ、◎煮干し	かぶの葉、ひじき、玉ねぎ、 キャベツ、絹さや、にんじん、梅 干し、かぼちゃ、かぶ、◎そら 豆	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、中濃ソース、三 温糖、サラダ油、味噌、 鰹昆布だし汁
30	木		じゃが芋	ごはん 豚肉と春雨の味噌炒め 茄子と竹輪のきんぴら トマトとワカメの酢の物 野菜わん(えのき ほうれん草)	大豆ごはん キャベツの煮浸し 昆布	○じゃが芋、米、春雨、白ゴマ	豚こま肉、竹輪、◎大豆、油 揚げ	もやし、ネギ、にんじん、ニラ、 茄子、トマト、ワカメ、きゅうり、 えのき、ほうれん草、◎キャベ ツ、昆布	醤油、食塩、料理酒、本 みりん、三温糖、穀物 酢、味噌、鰹昆布だし汁

3歳以上児は午前補食を除いた献立になります。
麦茶は食事時ほか必要に応じておだししています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。



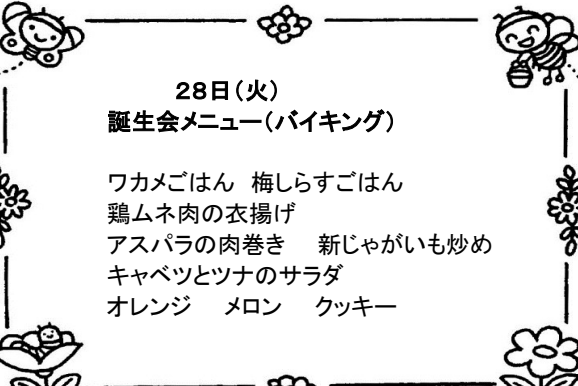
2日(木)
端午の節句メニュー

ちまき風おこわ
ししゃもとさつま芋の天ぷら
アスパラと炒り卵の和え物
すまし汁 (かまぼこ 生ワカメ)
いちご

補食 柏餅 煮干し

14日(火)
ぱんだ組がじゃが芋の
お焼きを作ります。

10日(金)
こあら・ぱんだ・きりん組は、遠足の日
になりますのでお弁当の用意をお願い
します。
※くじら組はキャンプに
お弁当をもっていきます。



28日(火)
誕生会メニュー(バイキング)

ワカメごはん 梅しらすごはん
鶏ムネ肉の衣揚げ
アスパラの肉巻き 新じゃがいも炒め
キャベツとツナのサラダ
オレンジ メロン クッキー