

8がつこんだてよていひょう

れいわ4ねん

じょうざんほいくえん

| ようび | にち | ランチ | 10じのほしよく(おやつ) (0~2歳児) | 3じのほしよく(おやつ) | あか | き | みどり | 家庭でのポイント |
|-----|----|---|--------------------------|---------------------|--|---|---|----------|
| | | | | | ちやにくほねになるもの | ねつやちからになるもの | からだのちようしをととのえるもの | |
| 月 | 1 | むぎごはん さかなのカレーあげ きりぼしだいこんのふくめに かきたまじる | ぎゅうにゅう クラッカー | ぎゅうにゅう レモンケーキ | さかな たまご かつおぶし あぶらあげ ぎゅうにゅう | こめ むぎ こむぎこ あぶら さとう かたくりこ クラッカー こなざとう バター ホームケーキミックスこ | きりぼしだいこん にんじん たまねぎ ほうれんそう レモン | きのこ類 |
| | 15 | カレーライス ふくじんづけ はるさめのすのもの | | ぎゅうにゅう せんべい | ぎゅうにく ハム ぎゅうにゅう | こめ じゃがいも はるさめ ごま さとう クラッカー せんべい | たまねぎ にんじん ふくいじんづけ きゅうり | 魚類 |
| 火 | 2 | ごはん たまねぎチキン コールスローサラダ コンソメスープ | ぎゅうにゅう チーズ | ぎゅうにゅう フルーツヨーグルト | とりにく ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト | こめ マヨネーズ さとう | たまねぎ にんにく しょうが ケチャップ コーン キャベツ きゅうり にんじん パナナ もも みかん | 豆類 |
| | 16 | ぎゅうにくどん にんじんサラダ | | ぎゅうにゅう せんべい | ぎゅうにく たまご ツナフレーク チーズ ぎゅうにゅう | こめ さとう かたくりこ せんべい | たまねぎ にんじん ながねぎ きゅうり | きのこ類 |
| 水 | 3 | ひやししたぬきうどん ポパイサラダ バナナ | ぎゅうにゅう ビスケット | むぎちや だいずおにぎり | かつおぶし たまご ぎゅうにゅう だいず ちりめんじゃこ かまぼこ | うどん てんかす さとう ビスケット こめ ごま マヨネーズ | こんぶ わかめ きゅうり こねぎ バナナ ほうれんそう きやべつ にんじん | 肉類 |
| 木 | 4 | ごはん さかなのレモンソースかけ わふうサラダ にらたまスープ | ぎゅうにゅう バナナ | ぎゅうにゅう おぐらミルクゼリー | さかな こなチーズ かつおぶし たまご ぎゅうにゅう | こめ マヨネーズ さとう かたくりこ クリアガー あんこ | にんにく レモン キャベツ パナナ きゅうり だいこん わかめ ニラ | 種実類 |
| 金 | 5 | やきそば フライドポテト | ヤクルト | しろくまふう | ぶたにく | ちゅうかめん じゃがいも あぶら ヤクルト シロップ れんにゅう | にんじん キャベツ もも みかん チェリー かんてん | 魚類 |
| | 19 | ごはん マーボーどうふ キャベツのちゅうかサラダ わかめスープ | | ぎゅうにゅう ピザふうむしパン | ぶたひきにく とうふ みそ かまぼこ ぎゅうにゅう チーズ | こめ さとう ごまあぶら ごま ヤクルト ホームケーキミックスこ | たまねぎ にんじん ニラ ほししいたけ キャベツ きゅうり わかめ えのき こねぎ | 果実類 |
| 土 | 6 | ちゅうかどん れんこんサラダ | ぎゅうにゅう リッツ | ぎゅうにゅう せんべい | ぶたにく かまぼこ ハム ヨーグルト ぎゅうにゅう | こめ さとう かたくりこ ごまあぶら マヨネーズ リッツ せんべい | たまねぎ にんじん ほししいたけ ながねぎ たけのこ しょうが れんこん きゅうり | 豆類 |
| 月 | 8 | しゃけとしらすのちらしずし うのはなあえ わかめととうふのおすいもの | ぎゅうにゅう クラッカー | ぎゅうにゅう ずんだもち | しゃけ しらす たまご ちくわ おから とうふ かつおぶし ぎゅうにゅう | こめ さとう ごま こんにやく しらたまこ だんごこ クラッカー | ほししいたけ きゅうり のり にんじん ごぼう こねぎ わかめ こんぶ えだまめ | 肉類 |
| 火 | 9 | ごはん さかなのわふうマリネ ほうれんそうのいそあえ みそしる | ぎゅうにゅう チーズ | ぎゅうにゅう ぶどうゼリー | サケ とうふ あぶらあげ みそ いらこ ぎゅうにゅう | こめ こむぎこ さとう あぶら ビスケット クリアガー ぶどうジュース | たまねぎ にんじん ピーマン ほうれんそう もやし のり わかめ こねぎ もも | 種実類 |
| 水 | 10 | パン てりやきチキン キャベツのごまマヨネーズ コーンスープ ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう ビスケット | むぎちや カレーピラフ | とりにく たまご ぎゅうにゅう チーズ | パン マヨネーズ かたくりこ こめ ごま | しょうが きやべつ ピーマン にんじん ケチャップ たまねぎ | 魚類 |
| 木 | 25 | キャロットごはん とりレバーのあまからに いんげんのごまあえ のっぺいじる | ぎゅうにゅう バナナ | かきごおり | とりレバー とりにく ちくわ ぎゅうにゅう | こめ さとう ごま さといも こんにやく かたくりこ シロップ | にんじん いんげんまめ もやし だいこん ごぼう パナナ | 乳類 |
| 金 | 12 | ごはん さかなのごまふうみあげ わかめときゅうりのすのもの きのこスープ | ヤクルト | ぎゅうにゅう スマイルポテト | さかな かつおぶし ぎゅうにゅう | こめ さとう ごま こむぎこ あぶら さとう かたくりこ ヤクルト じゃがいも あぶら | きゅうり わかめ にんじん みかん えのき しめじ たまねぎ こんぶ | 豆類 |
| 土 | 13 | ハヤシライス マカロニサラダ | ぎゅうにゅう リッツ | ぎゅうにゅう せんべい | ぎゅうにく チーズ ぎゅうにゅう | こめ バター マカロニ マヨネーズ リッツ せんべい | たまねぎ にんじん ケチャップ きゅうり コーン | 果実類 |
| 月 | 29 | むぎごはん さかなのみそつけやき ピーマンとじゃがいものきんぴら ワントンスープ | ぎゅうにゅう クラッカー | ぎゅうにゅう キャロットむしパン | さかな みそ ぎゅうにゅう | こめ むぎ さとう ごま じゃがいも ごまあぶら ワンタン ホットケーキミックスこ クラッカー | ピーマン たまねぎ にんじん | 藻類 |
| 火 | 30 | ひやしちゅうか れんこんのカレーふうみサラダ パイン | ぎゅうにゅう チーズ | むぎちや たくあんおにぎり | ハム たまご ツナフレーク みそ ぎゅうにゅう チーズ | ちゅうかめん さとう ごまあぶら マヨネーズ ごま こめ | きゅうり ミントマト こんぶ しょうが レモン れんこん パセリ パイン たくあん | きのこ類 |
| 水 | 31 | ごはん ししゃも ひじきとだいずのいために みそしる | ぎゅうにゅう ビスケット | ぎゅうにゅう しかくいメロンパン | ししゃも だいず あぶらあげ みそ いらこ ぎゅうにゅう | こめ さとう ビスケット しょくパン バター スキムミルク ホームケーキミックスこ | ひじき にんじん たまねぎ なす こねぎ | 果実類 |

左記の食品が園の当日の献立にて不足しています。ご家庭で左記の食品を中心にとるよう心がけてください。

※ 当日の天候・行事・その他の理由により献立が一部変更することがありますのでご了承ください。

作成者：本田・石津