

11がつこんだてよていひょう

れいわ5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	からだのちょうしをと とのえるもの		
すい	1	15	ごはん からあげ なっとうあえ コーンスープ	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう あまからいりこ と チーズ	とりにく なっとう たまご ぎゅうにゅう いりこ チーズ	こめ かたくりこ さとう ビスケット くろざとう	にんにく しょうが にんじん キャベツ ほうれんそう コーン	果 物 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。
もく	2	16	★セルフどんぶり (しゃけ・れんこんきんぴら・ ほうれんそうのナムル) コンソメスープ	ぎゅうにゅう バナナ	ぎゅうにゅう こくとうむしパン	しゃけ だいず ぎゅうにゅう	こめ ごま ごまあぶら こくとう ミックスこ さつまいも ざっく	もやし ほうれんそう しめじ れんこん バナナ にんじん たまねぎ	肉 類	
きん		17	ごはん とりレバーのあまからに れんこんとひじきのあえもの ぶたじる	ヤクルト	ぎゅうにゅう フルーツヨーグルト	とりレバー ぶたにく ツナフレーク ヨーグルト みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう マヨネーズ ごま こんにやく さとも ヤクルト	れんこん ひじき コーン にんじん だいこん ごぼう バナナ みかん もも パイン	豆 類	
ど	4	18	かふうどん ツナサラダ	ぎゅうにゅう リッツ	ぎゅうにゅう せんべい	ぶたひきにく たまご ツナフレーク ぎゅうにゅう かまぼこ	こめ かたくりこ さとう リッツ せんべい	たまねぎ しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり にんじん レモン	海 藻 類	
げつ	6	20	パン マカロニシチュー バラエティサラダ みかん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう クラッカー	むぎちや ★エビピラフ	ぎゅうにゅう かにかま ちくわ たまご えび とりにく	パン マカロニ ごま マヨネーズ クラッカー こめ バター	たまねぎ にんじん みかん ブロッコリー コーン パプリカ ピーマン	き の こ 類	
か	7	21	ごはん さかなのみそづけやき あおなとコーンのごまあえ きのこスープ	ぎゅうにゅう チーズ	ぎゅうにゅう りんごケーキ	さかな みそ ぎゅうにゅう たまご チーズ かつおぶし	こめ ごま さとう かたくりこ こむぎこ バター	ほうれんそう にんじん コーン しめじ えのき たまねぎ りんご	豆 類	
すい	8	22	ごはん とりにくのねぎソースかけ きりぼしだいこんのちゅうかサラダ ニラたまスープ	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう ★だいがくいも	とりにく たまご ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら かたくりこ ビスケット さつまいも ごま あぶら さとう	ねぎ しょうが キャベツ きりぼしだいこん きゅうり ニラ	海 藻 類	
もく	9		きのこごはん ししゃも ひじきののもの けんちんじる	ぎゅうにゅう バナナ	ぎゅうにゅう ★まんまるドーナツ	ししゃも かつおぶし あぶらあげ とうふ ぎゅうにゅう だいず	こめ こんにやく さとも こむぎこ あぶら さとう グラニューとう	しめじ にんじん しいたけ ピーマン だいこん ごぼう バナナ ひじき	肉 類	
きん	10	24	★やきうどん みそしる パイン	ヤクルト	むぎちや ごまじゃこおにぎり	ぶたにく ちくわ かつおぶし いりこ あつあげ みそ ちりめんじゃこ	うどん あぶら ヤクルト こめ ごま さとう	キャベツ たまねぎ にんじん こねぎ パイン ニラ わかめ しめじ ねぎ しおこんぶ	乳 製 品 類	
ど	11	25	ぎゅうにくどん ほうれんそうのいそあえ	ぎゅうにゅう リッツ	ぎゅうにゅう せんべい	ぎゅうにく たまご ぎゅうにゅう	こめ かたくりこ リッツ せんべい さとう	たまねぎ にんじん ねぎ ほうれんそう もやし のり	魚 類	
げつ	13	27	ごはん ぶたにくとやさいのかふういため ピクルス わかめスープ	ぎゅうにゅう クラッカー	ぎゅうにゅう ★マープルクッキー	ぶたにく かまぼこ ぎゅうにゅう	こめ はるさめ ごま ごまあぶら クラッカー こむぎこ バター さとう あぶら	キャベツ たけのこ にんじん きくらげ だいこん きゅうり わかめ えのき たまねぎ こねぎ しょうが しいたけ	果 物 類	
か	14		ごはん さかなのレモンソースかけ フレンチサラダ ミネストローネ	ぎゅうにゅう チーズ	ぎゅうにゅう セルフジャムパン	さかな チーズ ウインナー ぎゅうにゅう こなチーズ	こめ マヨネーズ マカロニ パン じゃがいも チョコジャム いちごジャム	レモン にんにく キャベツ りんご きゅうり たまねぎ にんじん トマトかん	海 藻 類	
		28		ヤクルト		さかな チーズ ウインナー ぎゅうにゅう	こめ マヨネーズ マカロニ パン じゃがいも ヤクルト	レモン にんにく キャベツ りんご きゅうり たまねぎ にんじん トマトかん		
すい		29	ごはん チキンチャップ ポパイサラダ ワンタンスープ	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう バナナケーキ	とりにく かまぼこ ぎゅうにゅう	こめ かたくりこ マヨネーズ ビスケット こむぎこ ワンタン バター ごま きょうりきこ ごま	にんにく ほうれんそう キャベツ にんじん たまねぎ バナナ ケチャップ	き の こ 類	
もく		30	ごはん さかなのかばやきふう うめあじサラダ すましじる	ぎゅうにゅう バナナ	ぎゅうにゅう もちもちチーズパン	さかな かつおぶし とうふ チーズ ぎゅうにゅう こなチーズ	こめ こむぎこ あぶら しらたまこ さとう かたくりこ	こねぎ だいこん キャベツ きゅうり にんじん わかめ こねぎ パナナ うめ	種 実 類	

※ 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。

※ ★印は新メニューです

文責：三好

