

日	曜	主 食	副 食	おやつ	主な材料	
7	18 火 土	① ごはん	② ポークケチャップ ■ ③ ひじきと豆腐のサラダ	④ 大根とさつまいもみそ汁	ポップコーン ●牛 乳	七分米・豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・マッシュルーム・グリルピーズ・トマト缶・ケチャップ・にんにく・豆腐・ひじき・れんこん・かいわれ大根・ごま油・パスタ・大根・さつまいも・キャベツ・ポップコーン
8	22 水	① ごはん	② ごぼうとアスパラソテー ③ 白菜とじゃこのナムル	④ 春かぶのポトフスープ	♪ パッタイ ●牛 乳	七分米・鶏肉・ごぼう・アスパラ・れんこん・青梗菜・人参・玉ねぎ・スタックインドリ・じゃこ・白菜・ほうれん草・きゅうり・いんげん・ウイナー・かぶ・コン缶・ピーズ・桜皮・鶏肉・魚醤油
9	23 木	① 豚肉ネギ味噌丼	② カブのゆかり和え	④ ● コーンクリームスープ	♣●バナナケーキ ほうじ茶	七分米・豚肉・玉ねぎ・長ネギ・キャベツ・エリンギ・ピーズ・しめじ・生姜・鶏肉・カブ・カブの葉・きゅうり・キャベツゆかり・コーンクリーム缶・牛乳・ホットケーキミックス・バナナ・パウンドケーキ・砂糖
10	24 金	① ♣♪春キャベツとしらすの焼きうどん	□ ② きんぴらごぼう	④ 若竹汁	和風ツナチャーハン ●牛 乳	うどん・しらす・桜えび・豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・ピーズ・豚挽肉・ごぼう・れんこん・エリンギ・長ネギ・筍・わかめ・油揚げ・きぬさや・七分米・ツナ缶・アスパラ・ごま油
11	25 土	① ごはん	② ジャがいものそぼろ煮 ③ キャベツとカブの和え物	④ 豚汁	オレンジ/袋菓子 ●牛 乳	七分米・豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・しめじ・青梗菜・万能ネギ・キャベツ・カブ・きゅうり・レタス・昆布・長ネギ・さつまいも・大根・さつまいも・こんにゃく・オレンジ
13	27 月	① ごはん	② 鶏もも肉のカレー煮 ③ 明日葉と納豆のおかか和え	④ アスパラとかぼちゃのみそ汁	□ さつまいもメープル ●牛 乳	七分米・鶏肉・じゃがいも・人参・なす・赤パプリカ・ブロッコリー・カレー粉・トマト缶・納豆・明日葉・トマト缶・小松菜・白菜・鰹節・アスパラ・かぼちゃ・豆腐・さつまいも・メープルシロップ・黒ごま
14	28 火	① ♪ 中華丼	② わかめサラダ	④ ■ 新玉と厚揚げのみそ汁	チヂミ ●牛 乳	七分米・豚肉・いか・ピーズ・白菜・えのき・エリンギ・ピーズ・アスパラ・コーンスターチ・生姜・ハム・わかめ・きゅうり・コン缶・小松菜・ブロッコリー・人参・厚揚げ・空豆・米粉・豚肉・ニラ・米酢
15	29 水	① ごはん	② 新ごぼうと豚肉の炒め物 ③ 小松菜ともやしの磯辺和え	④ オクラとコーンのスープ	●■お茶プリン ●牛 乳	七分米・豚肉・ごぼう・じゃがいも・エリンギ・ピーズ・ふき・鶏肉・小松菜・もやし・かいわれ大根・アスパラ・えのき・海苔・オクラ・コン缶・トマト缶・キャベツ・抹茶・寒天・小豆・牛乳・ごま油
16	30 木	① 深川めし	② 鯖と筍の甘辛炒め ③ 春野菜の煮物	④ 大根と油揚げのみそ汁	ひじきと梅ごはん ●牛 乳	七分米・あさり・油揚げ・万能ネギ・鯖・筍・玉ねぎ・キャベツ・舞茸・豚肉・じゃがいも・ごぼう・カブ・ふき・スタックインドリ・大根・アスパラ・オリーブ油・ひじき・ゆかり・梅干し
17	31 金	① 納豆レタスチャーハン	② 中華和え	④ じゃが玉ともずくのみそ汁	♣●にんじんケーキ ●牛 乳	七分米・納豆・豚肉・レタス・アスパラ・ピーズ・ハム・もやし・きゅうり・小松菜・水菜・ブロッコリー・ごま油・じゃがいも・玉ねぎ・もずく・わかめ・ホットケーキミックス・人参・パウンドケーキ
20	- 月	① ごはん	■ ② 空豆と鶏肉の炒め物 ③ ひじきとれんこんの甘酢和え	④ もやしとニラのみそ汁	わかめと筍のだし汁ごはん ●牛 乳	七分米・鶏肉・空豆・人参・青梗菜・しめじ・キャベツ・ツナ缶・ひじき・れんこん・かいわれ大根・きゅうり・レタス・豚肉・もやし・ニラ・ほうれん草・カブ・わかめ・筍・米酢
21	- 火	① ロールパン	● ② 豚肉ときのこのクリーム煮 ③ かぼちゃサラダ	④ かぶとなすのスープ	フライドポテト ●牛 乳	ロールパン・豚肉・しめじ・舞茸・玉ねぎ・さつまいも・エリンギ・マッシュルーム・小松菜・ハム・かぼちゃ・レタス・人参・赤ピーマン・きゅうり・鶏肉・カブ・なす・ほうれん草・じゃがいも

◇今月の予定◇
 9(木) 乳児健診
 18(土) 歓迎会
 23(木) 全園児健診



アレルギー対応が必要な食品を使用する献立
 ●:「牛乳」 ○:「乳製品」 ◆:「卵」 ◇:「マヨネーズ」 ♣:「小麦・小麦製品」
 □:「ごま」 ♪:「エビ」 * :「くるみ」 ◎:「アーモンド」 ●:「ココナッツミルク」 #:「栗」
 ■:「大豆・大豆製品」 ○:「豆乳」