

こんだてひょう

日曜日	献立	午前のおやつ (1~2才のみ)	主な材料			不足食材
		午後のおやつ	血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (火)	乳)ちらし寿司 幼)手巻き寿司	オレンジ	ちりめんじゃこ・卵・ツナ・豆腐 煮干しだし・醤油・みそ 乳)高野豆腐・ちくわ 幼)牛肉	米・三温糖・米酢・マヨドレ	焼きのり・きゅうり・人参・冷凍コーン・三つ葉 乳)干しいたけ	芋類
	豆腐と三つ葉のすまし汁	☆ホットケーキ	牛乳	ホットケーキミックス・三温糖・バター		
2 (水)	カレーうどん	プルーン	油揚げ・牛肉・大豆・煮干しだし・醤油	うどん・さつまい芋・マヨドレ・片栗粉	玉ねぎ・人参・青ねぎ・きゅうり・りんご・カレールー	魚類
	大豆とさつまい芋のサラダ	柏餅 せんべい	牛乳	柏餅・せんべい		
3 (木)	憲法記念日					
4 (金)	みどりの日					
5 (土)	こどもの日					
7 (月)	ゆかりごはん 手羽元の煮つけ 三度豆の天ぷら キウイ けんちん汁	さつまい芋	手羽元・油揚げ・煮干しだし・醤油	米・里芋・小麦粉・油	土生姜・三度豆・大根・人参・ごぼう・しいたけ こんにやく・キウイ・ゆかり・青ねぎ	魚類
		ゼリー お菓子	牛乳	ゼリー・お菓子		
8 (火)	中華そば ツナドレッシングサラダ	オレンジ	豚ばら肉・ツナ・煮干しだし・醤油	中華麺・三温糖・米酢・ブイヨン	緑豆もやし・冷凍コーン・わかめ・キャベツ・レタス きゅうり・ブロッコリー・トマト・セロリ・土生姜	果物
		☆青菜とじゃこの おにぎり	乳)牛乳 ちりめんじゃこ・醤油	米・ごま	小松菜・人参	
9 (水)	ごはん 鱈のきじ焼き 五目豆煮 おひたし 春キャベツのみそ汁	りんご	鱈・大豆・煮干しだし・醤油・みそ	米・ごま・三温糖	ねぎ・人参・こんにやく・ごぼう・れんこん・白菜 ほうれん草・えのき・春キャベツ・土生姜	海藻類
		☆アメリカンドッグ	牛乳・ウインナー	小麦粉・ホットケーキミックス・油		
10 (木)	ごはん コロッケ 竹の子の土佐煮 スパゲッティサラダ きのこのみそ汁	プルーン	牛肉・花かつお・煮干しだし・醤油・みそ	米・メークイン・小麦粉・パン粉・油 スパゲッティ・マヨドレ	玉ねぎ・竹の子・きゅうり・人参・しいたけ・しめじ えのき	魚類
		みたらしだんご	牛乳	みたらしだんご		
11 (金)	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりとトマトの中華和え フルーツ ニラ玉スープ	人参	豚ミンチ・木綿豆腐・卵・赤みそ・醤油	米・片栗粉・三温糖・米酢・ごま油	玉ねぎ・人参・竹の子・土生姜・にんにく・ねぎ きゅうり・トマト・ニラ・フルーツ	芋類
		☆ジャムサンド	牛乳	食パン・苺ジャム		
12 (土)	お弁当の日	牛乳・お菓子				
		お菓子				
14 (月)	ごはん 高野豆腐と野菜の煮物 牛肉とれんこんのしぐれ煮 オクラのおかか和え 菜っ葉のみそ汁	りんご	高野豆腐・鶏ミンチ・牛肉・花かつお 煮干しだし・醤油・みそ	米・三温糖・片栗粉	玉ねぎ・人参・しいたけ・青梗菜・れんこん 三度豆・オクラ・白菜・小松菜	魚類
		☆スイートポテト	牛乳・生クリーム・卵黄	さつまい芋・三温糖・バター		
15 (火)	豆ごはん ミートボール 焼きかぼちゃ 春キャベツのしらす和え 麩のみそ汁	人参	豚ミンチ・鶏ミンチ・ちりめんじゃこ 煮干しだし・醤油・みそ	米・麩・小麦粉・パン粉・油・三温糖 片栗粉	うすいえんどう・玉ねぎ・かぼちゃ・春キャベツ 人参・ケチャップ・ソース	海藻類
		☆フルーツヨーグルト	ヨーグルト	フルーツミックス缶・りんご・バナナ		
16 (水)	ピビンバ 雷こんにやく 春雨スープ	オレンジ	牛肉・卵・醤油	米・春雨・三温糖・ごま・ごま油 米酢・ブイヨン	ぜんまい・ほうれん草・きゅうり・大根・人参 こんにやく・わかめ・青梗菜 乳)緑豆もやし 幼)小大豆もやし	芋類
		☆ラスク	牛乳	バケット・グラニュー糖・バター		
17 (木)	ごはん 鮭フライ おひたし オレンジ わかめのみそ汁	さつまい芋	鮭・花かつお・煮干しだし・みそ・醤油	米・小麦粉・パン粉・油	ほうれん草・白菜・人参・えのき・オレンジ わかめ	肉類
		☆黒糖蒸しパン	牛乳	ホットケーキミックス・黒糖		

こんだてひょう

日曜日	献立	午前のおやつ (1~2才のみ)	主な材料			不足食材
		午後のおやつ	血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	
18 (金)	親子うどん	ブルー	鶏肉・卵・煮干しだし・醤油	うどん・メークイン・三温糖・マヨドレ	小松菜・人参・きゅうり・冷凍コーン・りんご	きのこ類
	ポテトサラダ	☆いなり寿司	乳)牛乳 油揚げ	米・三温糖・米酢		
19 (土)	すき焼き丼	牛乳・お菓子	牛肉・煮干しだし・醤油・みそ	米・三温糖・メークイン	玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・しいたけ・ねぎ	魚類
	じゃが芋と人参のみそ汁	お菓子		お菓子		
21 (月)	ごはん 筑前煮 粉ふき芋 小松菜のきつね和え なめこと玉ねぎのみそ汁	りんご	鶏肉・ちくわ・油揚げ・花かつお 煮干しだし・醤油・みそ	米・メークイン・三温糖	大根・人参・れんこん・ごぼう・こんにゃく・小松菜 干しいたけ・なめこ・玉ねぎ・青のり	海藻類
		☆ピザトースト	牛乳・ウインナー・チーズ	食パン	玉ねぎ・ピーマン・冷凍コーン・ケチャップ	
22 (火)	ごはん 春キャベツの肉みそ炒め かぼちゃの天ぷら 白和え かき玉汁	ブルー	豚ミンチ・木綿豆腐・卵・赤みそ・みそ 煮干しだし・醤油	米・小麦粉・油・三温糖・片栗粉・ごま 煮干しだし・醤油	春キャベツ・かぼちゃ・ほうれん草・人参・ごぼう 糸こんにゃく・三つ葉	魚類
		バナナ 昆布	牛乳		バナナ・昆布	
23 (水)	ごはん 鯛のかば焼き ふきとあげのたいたん サワー漬け 若竹汁	さつま芋	鯛・油揚げ・煮干しだし・醤油・みそ	米・小麦粉・油・三温糖	ふき・春キャベツ・きゅうり・人参・レモン・わかめ 竹の子	果物
		☆チヂミ	牛乳・豚ミンチ・醤油	小麦粉・メークイン・ごま油	ニラ	
24 (木)	ハヤシライス	人参	牛肉・醤油	米・メークイン・三温糖・ブイヨン マヨドレ・ごま・小麦粉	玉ねぎ・人参・レタス・キャベツ・ブロッコリー きゅうり・ケチャップ・ソース	きのこ類
	ごまマヨサラダ	☆乳)フルーツケーキ ☆幼)ジャムロールケーキ	牛乳・卵	ゆり・幼)苺ジャム ホットケーキミックス・三温糖	フルーツ	
25 (金)	ごはん ひじき入りつくね 切り干し大根煮 ごま酢和え 白菜のみそ汁	オレンジ	豚ミンチ・鶏ミンチ・油揚げ・ちくわ・煮干しだし 醤油・みそ	米・パン粉・ごま・三温糖・米酢	ひじき・玉ねぎ・土生姜・切り干し大根・三度豆 ほうれん草・きゅうり・キャベツ・人参・白菜	魚類
		プリン せんべい	牛乳	プリン・せんべい		
26 (土)	和風チャーハン	牛乳・お菓子	ちりめんじゃこ・煮干しだし・醤油・みそ	米・ブイヨン	小松菜・玉ねぎ・人参・冷凍コーン・大根・えのき わかめ	肉類
	具だくさんみそ汁	お菓子		お菓子		
28 (月)	肉うどん	さつま芋	牛肉・ちくわ・煮干しだし・醤油	うどん・三温糖・米酢・ごま油	小松菜・緑豆もやし・きゅうり・人参	きのこ類
	もやしとちくわの中華和え	☆ゆかり寿司	乳)牛乳	米・三温糖・米酢	焼きのり・ゆかり	
29 (火)	生姜ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 大豆と小魚の揚げ煮 マカロニサラダ 田舎スープ	ブルー	鶏肉・大豆・油揚げ・卵・ベーコン・醤油 乳)ちりめんじゃこ 幼)煮干し	米・片栗粉・油・マカロニ・マヨドレ さつま芋・春雨・ブイヨン	生姜・マーマレード・人参・きゅうり・りんご・玉ねぎ 干しいたけ・トマト	海藻類
		ぶどうパン	牛乳	ぶどうパン		
30 (水)	ごはん 鯖のみそ煮 れんこんのきんぴら キウイ 豚汁	人参	鯖・豚肉・油揚げ・煮干しだし・醤油・みそ	米・三温糖・ごま	土生姜・れんこん・人参・大根・ごぼう・しいたけ 糸こんにゃく・キウイ・青ねぎ	芋類
		ヨーグルト お菓子	ヨーグルト	お菓子		
31 (木)	カツサンド チーズサンド かぼちゃサラダ ブロッコリーのおかか和え クリームシチュー	オレンジ	豚ヒレ肉・鶏肉・チーズ・花かつお・醤油	食パン・メークイン・小麦粉・パン粉 油・三温糖・マヨドレ	かぼちゃ・りんご・ブロッコリー・玉ねぎ・人参 シチュールー ゆり・幼)ケチャップ・ソース	魚類
		☆白玉あべかわ	牛乳・豆腐・きな粉	白玉粉・三温糖		

おやつで【同じ生産工程で落花生を含んだ食品を扱っています】と表記されたお菓子を提供する可能性があります。
一度、お家で「落花生」または「同じ生産工程で落花生を含んだ食品を扱っていますと表記されたお菓子」をお試しいただき、アレルギー反応がないかをご確認ください。
また、現在、お試しいただいてない場合は、一度、試していただいたのち、その結果を担任にお知らせください。

- ・ ☆印は手づくりおやつです。
- ・ 材料の都合により変更する場合があります。
(変更がある場合、掲示板にてお知らせします。)
- ・ 和食で使用する出汁は、煮干しでとっています。
- ・ ゆりチームは“乳”と記載されているメニューを食べますが、“乳”と異なるメニューの場合は、“ゆり”と記載します。